KERANGKA KERJA BIMBINGAN
DENGAN PENDEKATAN TADABBUR AL-QURAN
UNTUK PENGEMBANGAN KARAKTER SABAR REMAJA

DISERTASI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Memperoleh Gelar Doktor
Ilmu Pendidikan dalam Bidang Bimbingan dan Konseling

Promovendus:

D A R I S T A M I N
1107158

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

2017

DARIS TAMIN

KERANGKA KERJA BIMBINGAN DENGAN PENDEKATAN TADABBUR AL-QURAN UNTUK PENGEMBANGAN KARAKTER SABAR REMAJA

disetujui dan disahkan oleh panitia disertasi

Promotor

Prof. Dr. Sunaryo Kartadinata, M.Pd
NIP. 19500321197412001

Kopromotor

Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd
NIP. 19520620190021001

Anggota

Dr. Ilfiandra, M.Pd
NIP. 197211241999031003

Mengetahui,
Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

Prof. Dr. Uman Suherman AS, M.Pd
NIP. 196206231986101001

PERNYATAAN

Bismillāhirrahmānirrahīm. Dengan ini saya menyatakan bahwa disertasi dengan judul: **"Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja"** ini beserta seluruh isinya adalah benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pun pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Januari 2017
Yang membuat pernyataan

Daris Tamin

UCAPAN TERIMA KASIH

Jika bukan karena pertolongan Allah SWT, yang Maha Memudahkan segala urusan, yang Maha Mengetahui apa yang terbaik bagi seluruh makhluk-Nya, maka disertasi ini tidak akan pernah terwujud. Kesabaran peneliti terasa benar-benar diuji sepanjang penelitian ini.

Pertolongan Allah SWT datang dalam beragam cara dan wujud. Wasilah-wasilahnya datang dalam bentuk bimbingan, arahan, kritikan, sumbangan ide, gagasan, pemikiran, ataupun materi dari berbagai pihak. *'Alā kulli hāl*, dengan segala keikhlasan, ketulusan dan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih, *Jazākumullāhu Khairan Katsīran* kepada:

1. Prof. Dr. Sunaryo Kartadinata, M.Pd., selaku Promotor. Beliau adalah guru kesabaran. Keluasan ilmu dan kematangan spiritualnya telah menjadi inspirasi bagi penulis untuk menata kesabaran dalam lintas ilmu dan budaya.
2. Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd., selaku Ko-Promotor. Beliau adalah guru kesabaran. Kearifan dan kematangan spiritualnya telah menjadi inspirasi bagi penulis untuk menata kesabaran dalam keyakinan yang dipancangkan agama Islam.
3. Dr. Ilfiandra, M.Pd., selaku Anggota Promotor. Beliau adalah guru kesabaran. Ragam koreksi yang telah diberikannya telah melecut kehati-hatian penulis dalam penelitian ini.
4. Prof. Dr. Uman Suherman AS, M,Pd., selain sebagai validator rasional, beliau adalah Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling SPs UPI yang selalu mengakomodasi dan memfasilitasi kepentingan mahasiswanya. Beliau adalah guru kesabaran. Kebijaksanaannya telah membawa penulis untuk tetap percaya diri untuk mengusung riset konseling Qurani.
5. Azis Asmana, Lc., M.Ag., selaku validator rasional. Kedalaman keilmuan Al-Quran dan Hadits telah membawa penulis untuk menemukan hakikat dan cara mentadabburi Al-Quran.

6. Dra. Ia Kurniati, M.Pd., selaku Koordinator BK MAN 1 Kota Bandung. Kesediannya untuk belajar dan menjadi *implementer* Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran telah menginspirasi penulis untuk senantiasa rendah hati. Kita sama-sama belajar sabar serta menebarkan kesabaran.
7. Siswa-siswi MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013, terutama Kelas Agama B, tujuh sesi bimbingan dilalui untuk belajar menguatkan kesabaran. Lalu, Kelas Agama A, tidak disadari bahwa fungsi kontrol kalian telah menjadikan hasil penelitian ini menjadi penuh makna.
8. Ismi, S.Pd selaku guru BK di MAN 1 Kota Bandung dan Ibu Dede, selaku staf TU BK MAN 1 Bandung. Betapa sabarnya kalian berdua untuk mengadministrasikan semua data selama proses penelitian ini.
9. Drs. Ahmad Husen, selaku Wali Kelas Agama B. Diskusi kita tentang hal-ihwal anak-anak MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013, khususnya anak-anak Kelas Agama B telah memberikan makna bagi penelitian ini.
10. Prof. Furqan, Ph.D, selaku Rektor UPI Periode 2015-2020.
11. Prof. Yaya S. Kusumah, M.Sc. Ph.D, selaku Direktur Sekolah Pascasarjana UPI Periode 2015-2020.
12. Prof. Dr. Ana Permanasari, M.Si, selaku Wakil Direktur I Sekolah Pascasarjana UPI Periode 2015-2020.
13. Prof. Dr. Agus Rahayu, MP, selaku Wakil Direktur II Sekolah Pascasarjana UPI Periode 2015-2020.
14. Seluruh dosen Prodi BK SPs UPI Bandung.

Semoga segenap peran ini menjadi *'amal khair* dan *'amal shālih* yang berbuah pahala di sisi Allah Ta'ala. Segala puji hanya bagi Allah Ta'ala saja.

Lembang, Januari 2017

Daris Tamin

ABSTRAK

Daris Tamin. 2016. Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja**. Disertasi.** Dibimbing oleh: Prof. Dr. Sunaryo Kartadinata, M.Pd. (*promotor*); Prof. Dr. Syamsu Yusuf, LN, M.Pd. (*kopromotor*); dan Dr. Ilfiandra, M.Pd. (*anggota*). Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia.

Pergulatan antara akal sehat dan keimanan melawan dorongan hawa nafsu akan selalu dirasakan sebagai kondisi dilematis oleh remaja. Pengembangan karakter sabar adalah cara memberdayakan potensi sabar sebagai daya tahan spiritual yang berbasis keimanan kepada Allah, Tuhan yang Mahakuasa. Bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran dianggap tepat untuk mengembangkan karakter sabar remaja. Oleh karena itu, masalah penelitian dirumuskan untuk menyusun kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran yang tepat untuk mengembangkan karakter sabar remaja. Penelitian ini bertujuan menghasilkan kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Merujuk pada tujuannya, penelitian ini berada pada satu kontinum antara penelitian murni dan penelitian terapan. Metode penelitian yang telah diaplikasikan adalah *Mix Method* dengan Desain Triangulasi: Model Validasi Data Kuantitatif. Metode ini dianggap tepat untuk paradigma pragmatisme seperti yang dianut dalam penelitian ini. Penelitian ini terdiri dari empat tahapan. Pertama, studi pendahuluan dengan melakukan kajian literatur tentang integrasi bimbingan dengan tadabbur Al-Quran dan kajian empirik tentang status kesabaran remaja dengan melibatkan 357 siswa MAN 1 Bandung Angkatan 2013. Kedua, validasi rasional kerangka kerja hipotetik oleh empat orang pakar. Ketiga, validasi empirik melalui metode eksperimen semu dan desain kelompok kontrol *nonequivalent pretest-posttest* dan analisa serta interpretasi kualitatif melalui strategi fenomenologi. Keempat, dilakukan diseminasi dan publikasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status kesabaran telah menjadi gejala umum yang bersifat fluktuatif, dinamis, dan subjekif pada remaja. Aspek-aspek kesabaran yang dirasakan berat oleh remaja adalah mengontrol hasrat seksual, mengontrol amarah destruktif, mengontrol hasrat dipuji dan kesombongan, menjaga tekad, dan mengontrol hasrat menggosip. Ditemukan pula bahwa hakikat sabar adalah proses untuk menjadi penyabar. Merujuk pada hasil validasi empirik, kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran terbukti dapat mengembangkan karakter sabar remaja. Faktor-faktor pendukung aplikasi kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran antara lain: memperdengarkan ayat-ayat suci Al-Quran yang menyentuh hati, pengisahan hidup orang-orang sabar, pembacaan doa penutup yang menyentuh hati, dan guru BK/konselor sekolah yang kompeten dalam mengimplementasikan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran.

ABSTRACT

Daris Tamin. 2016. Guidance Framework with *Tadabbur Al-Quran* (Quranic Contemplation) Approach to Develop Patience Character of Adolescent. **Disertation.** Sponsored by: Prof. Dr. Sunaryo Kartadinata, M.Pd. (promoter); Prof. Dr. Syamsu Yusuf, LN, M.Pd. (co-promoter); and Dr. Ilfiandra, M.Pd. (member). Postgraduate School of Universitas Pendidikan Indonesia.

The struggle between reason and faith to fight the urge desires will always be perceived as a dilemma condition by adolesent. Patience character development is a way of empowering patience potential as the spiritual durability-based on belief in Allah, God Almighty. Guidance framework with *Tadabbur Al-Quran* Approach is considered appropriate to develop the patience character of adolescent. Therefore, the research problem is formulated to prepare guidance framework with *Tadabbur Al-Quran* approach is right to develop the patience character of adolescent. This study aims formulate a guidance framework with *Tadabbur Al-Quran* approach to develop patience character of adolescent. Referring to this objective, this research is on the continuum between basic research and applied research. The research method applied is a mix method with Triangulation Design: Validating Quantitative Data Model. Integrating the two methods were considered appropriate for pragmatism paradigm adopted in this study. The study was conducted in four stages. First, a preliminary studies with a review of literature on the integration of guidance with *Tadabbur Al-Quran* and the empirical studies on the patience adolescents status involving 357 students of MAN 1 Bandung force in 2013. Second, validating the hypothetical rational framework by four experts. Third, empirical validation through a quasi-experimental methods and design nonequivalent control group pretest-posttest and qualitative analysis and interpretation through phenomenology strategy. Fourth, dissemination and publication. The results of the study show that the status patience has become a common symptom which fluctuated, dynamic, and subjective in adolescents. Aspects of patience is felt heavily by adolescents are sexual desire control, destructive anger control, disemblance and arrogantly control, determination maintaining, and gossip control. It was also found that the nature of the patience is the process to be a patient. Referring to the results of empirical validation, guidance framework with Tadabbur Al-Quran can develop patience character of adolescent. The supporting factor for effectiveness of the guidance framework with Tadabbur Al-Quran approach to develop patience character of adolescent are: recitation of the holy Quran verses that touches the heart, recounting the lives of those patiently, reading a closing prayer that touches the heart, and school counselors whose competently in implementing the guidance with Tadabbur Al-Quran approach.

KATA PENGANTAR

Bismillāhirrahmānirrahīm, Alhamdulillāhi wash-Shalātu wassalamu ‘ala Rasūlillāh. Segala puji bagi Allah, Pencipta dan Pemelihara semesta alam. Dialah sumber curahan kesabaran. Dia sungguh-sungguh Maha Kuat dan manusia sungguh-sungguh lemah. Shalawat serta salam tercurah limpah kepada teladan hidup paling penyabar. Dialah yang mengajarkan dan menjadi inspirasi kesabaran bagi seluruh umat manusia.

Secara natural dan berdasarkan konstitusi moral, manusia ingin hidup bahagia dan sejahtera lahir batin. Demikian juga dalam kehidupan remaja, mereka ingin bahagia dan sejahtera. Tetapi, dalam kenyataannya remaja akan senantiasa menghadapi dilema-dilema moral yang memungkinkan terjadinya pergulatan antara akal sehat dan keimanan melawan hawa nafsu. Secara fitrah, sebagaimana manusia pada umumnya, remaja diciptakan dengan segenap potensi namun hakikatnya lemah. Segenap potensi yang ada bagai pedang bermata dua karena satu sisi dapat memaslahatkan tapi di sisi lain dapat memudaratkan. Remaja harus menguasai cara menggunakan potensinya agar menuai maslahat.

Dalam persepektif Islam, remaja butuh pertolongan Sang Maha Pencipta, yaitu Allah SWT agar hidup maslahat, bahagia, dan sejahtera. Salah satu jalan agar ditolong oleh Sang Maha Pencipta adalah dengan bersabar melalui cara yang diajarkan dan dibimbingkan oleh Sang Maha Pencipta melalui Kalam-Nya dalam Kitab Suci Al-Quran. Salah satu wahan untuk mengembangkan kesabaran hingga menjadi karakter adalah melalui Tadabbur Al-Quran yang diintegrasikan dengan bimbingan dan konseling.

Sabar bukan sekadar budaya baik dan bijak. Sabar merupakan perilaku spiritual manusia dengan Sang Pencipta. Kualitas sabar tidak hanya ada pada kekuatan dalam menghadapi segala akibat buruk dan tidak menyenangkan dalam interaksi manusia dengan sesamanya, tetapi kualitas sabar ada pada koneksitas manusia dengan Tuhan Sang Pencipta dalam konteks keimanan dan keyakinan.

Disertasi yang berjudul, **"Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja"** merupakan hasil penelitian yang bertujuan menghasilkan suatu cara untuk memberdayakan potensi sabar remaja sehingga memiliki daya tahan spiritual yang berbasis keimanan kepada Allah dalam mengarungi gelombang kehidupan demi menggapai cita-cita hidup yang mulia. Bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran dianggap tepat untuk mengembangkan karakter sabar remaja tersebut.

Akhirnya, dengan menyadari sebagai makhluk yang fakir di hadapan Allah SWT, penulis memohon ampunan kepada-Nya atas segala kesalahan dalam penyajian disertasi ini. Masukan dan saran yang konstruktif sangat diharapkan untuk lebih menajamkan tema dan memberikan rangsangan bagi peneliti-peneliti selanjutnya. Semoga segala yang telah dilakukan ini berbuah pahala di sisi Allah SWT dan bermanfaat bagi masyarakat. Amin.

Lembang, Januari 2017

Daris Tamin

DAFTAR ISI

PENGESAHAN
PERNYATAAN
UCAPAN TERIMA KASIH i
ABSTRAK iii
ABSTRACT iv
KATA PENGANTAR v
DAFTAR ISI vii
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GRAFIK xii
DAFTAR BAGAN xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv

BAB I: PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Penelitian 1
B. Identifikasi dan Rumsan Masalah..... 10
C. Tujuan Penelitian 12
D. Pertanyaan Penelitian 12
E. Manfaat Penelitian 13
F. Peta Jalan Penelitian 14
G. Sistematika Penulisan 18

BAB II: KONSEPTUALISASI BIMBINGAN DENGAN PENDEKATAN TADABBUR AL-QURAN UNTUK MENGEMBANGKAN KARAKTER SABAR REMAJA 19

A. Pengantar 19
B. Konsep Karakter Sabar 21
   1. Definisi Sabar 26
   2. Derivasi Sabar dalam Al-Quran 31
   3. Status dan Tingkatan Sabar 33
   4. Tema Sabar dalam Al-Quran 46
   5. Tema Sabar dalam Al-Hadits 47
   6. Faktor-faktor Penguat Kesabaran 50
   7. Konsep Sabar dalam Lintas Agama dan Budaya 52
   8. Urgensi Karakter Sabar dalam Kehidupan Remaja 59
C. Konsep Tadabbur dan Superioritas Al-Quran Terhadap Manusia 65
   1. Definisi Tadabbur 65
   2. Kata Tadabbur dalam Al-Quran 66
   3. Tujuan dan Manfaat Tadabbur Al-Quran 68
   4. Kunci dan Tahapan Tadabbur Al-Quran 70
   5. Indikator Tadabbur Al-Quran 80

6. Tingkatan Manusia dalam Mentadabburi Al-Quran 82
7. Superioritas Al-Quran dalam Kehidupan Manusia 88
D. Tadabbur Al-Quran sebagai Wahana Bimbingan dan Konseling ……..……..... 94
1. Titik Temu Tujuan dan Figur Kunci 94
2. Titik Temu Teoretik 96
3. Tadabbur dalam Konteks Historis Integrasi Spiritual dengan Bimbingan dan Konseling 101
E. Kerangka Pikir 108
F. Asumsi 115
G. Hipotesis 117

BAB III: METODE PENELITIAN ...…..…….. 118

A. Desain Penelitian …….. 118
B. Partisipan .....…….. 123
C. Instumen Penelitian …….. 125
1. Definisi Operasional Variabel 126
2. Skala dan Kisi-kisi Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja ……..... 127
3. Penimbang Instrumen (*Expert Judgement*) ……... 128
4. Uji Keterbacaan Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja 128
5. Uji Empiris Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja 129
6. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja ……..... 129
7. Kategorisasi Status Kesabaran …….....…… 130
8. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data Kualitatif 131
9. Analisis dan Keterandalan Data Kualitatif …… 133
D. Prosedur Penelitian ……... 134
1. Tahap Pertama ……... 136
2. Tahap Kedua …….. 137
3. Tahap Ketiga ……. 142
4. Tahap Keempat …….. 145

BAB IV: TEMUAN DAN PEMBAHASAN …….. 147

A. Temuan Penelitian .....…… 147
1. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 ……..... 147
2. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Jenis Kelamin ……. 159

3. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Dimensinya …… 164
a. Dimensi Sabar Hati …… 165
b. Dimensi Sabar Pikiran ……... 168
c. Dimensi Sabar Lisan …….. 171
d. Dimensi Sabar Jawarih …….. 176
4. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Kelas dan Dimensi Kesabaran ……. 182
5. Gambaran Status Dimensi Sabar Hati pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 …… 184
6. Gambaran Status Dimensi Sabar Pikiran pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 …… 190
7. Gambaran Status Dimensi Sabar Lisan pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 …… 193
8. Gambaran Status Dimensi Sabar Jawarih pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 …… 198

B. Gambaran Situasi Kesabaran yang Berat bagi Remaja pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 ……. 203
1. Mengontrol Hasrat Seksual ……..…….. 205
2. Mengontrol Amarah Destruktif ……..… 208
3. Mengontrol Hasrat Dipuji dan Kesombongan ……..…. 209
4. Menjaga Tekad ……..……. 210
5. Mengontrol Hasrat Menggosip ……..……... 211

C. Rumusan Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran ……..... 212
1. Rasional …….....……. 212
2. Konsep Kunci 214
3. Tujuan 215
4. Strategi 216
5. Kekuatan dan Kelemahan 218
6. Kompetensi Guru BK untuk Implementasi Bimbingan.. 219
7. Langkah-langkah 219
8. Struktur dan Isi Intervensi 221

D. Situasi Implementasi …….....…..... 223
1. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Pembukaan 224
2. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Eksplorasi 229
3. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Perenungan 232
4. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Pengembangan 241
5. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Doa Penutup 242

E. Evaluasi dan Refleksi Implementasi 243

F. Hasil Uji Empirik Keefektifan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja ……. 252
1. Uji Normalitas Data …….. 253
2. Perbandingan Status Kesabaran Remaja dan Dimensi Kesabaran pada Siswa Kelompok Kontrol …… 255
a. Hasil Deskriptif Pretest dan Posttest …….. 255
b. Uji Beda Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol ……..... 257
3. Perbandingan Status Kesabaran Remaja dan Dimensi Kesabaran pada Kelompok Eksperimen …… 258
a. Hasil Deskriptif Pretest dan Posttest …… 258
b. Uji Beda Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen ……..... 260
4. Perbandingan Status Kesabaran Remaja Antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen …… 262
5. Analisa Kovarian Terhadap *Posttest* Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ..…….. 264
6. Analisa Kovarian Terhadap Posttest Berdasarkan Kategori pada Kelompok Perlakuan …….. 268
7. Validasi Kualitatif Terhadap Hasil Uji Efektivitas dan Dinamika Perilaku Sabar Remaja …..... 271
G. Faktor-faktor Penunjang Pengembangan Aplikasi Layanan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran ……... 308
1. Memperdengarkan Ayat-ayat Suci Al-Quran yang Menyentuh Hati ……. 308
2. Pengisahan Hidup Orang-orang Sabar …….. 318
3. Pembacaan Doa Penutup yang Menyentuh Hati ……... 326
4. Guru BK/Konselor Sekolah yang Kompeten …… 335
H. Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling Spiritual Keagamaan 353

BAB V: SIMPULAN DAN REKOMENDASI 357
A. Simpulan ……..... 357
B. Rekomendasi …… 358

DAFTAR PUSTAKA 360

LAMPIRAN 370

RIWAYAT HIDUP PENELITI 532

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kategori Status Kesabaran ……..	131
Tabel 4.1	Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Bandung Angkatan 2013 ……..……..	147
Tabel 4.2	Gambaran Pengetahuan dan Pemahaman Siswa-Siswi Kelas Agama B MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 tentang Hakikat Sabar pada Sebelum dan Sesudah Sesi Pertama Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran ……	152
Tabel 4.3	Hasil Pengujian Normalitas Data *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ……...	253
Tabel 4.4	Statistik Deskriptif Data *Pretest-Posttest* pada Siswa Kelompok Kontrol …….....	255
Tabel 4.5	Uji Beda Berpasangan pada Kelompok Kontrol ……..	257
Tabel 4.6	Statistik Deskriptif Data *Pretest-Postest* pada Kelompok Eksperimen ……...	258
Tabel 4.7	Uji Beda Berpasangan Kelompok Eksperimen ……	261
Tabel 4.8	Uji Beda Tidak Berpasangan Antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen …….....	263
Tabel 4.9	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Hati Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ……...	265
Tabel 4.10	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar pikiran Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ……...	265
Tabel 4.11	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Lisan Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ……...	266
Tabel 4.12	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Jawarih Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ……...	267
Tabel 4.13	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (Posttest 1) Kesabaran Siswa …….....	267
Tabel 4.14	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Hati	268
Tabel 4.15	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Pikiran ……...	269
Tabel 4.16	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Lisan …….	270
Tabel 4.17	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Jawarih ……..	270
Tabel 4.18	Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest*1) Total Kesabaran ...……..	271

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	Perbandingan Status Kesabaran Berdasarkan Kelas dan Jenis Kelamin …….……	155
Grafik 4.2	Perbandingan Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Jenis Kelamin ……..	159
Grafik 4.3	Perbandingan Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Jenis Kelamin dalam Kelompoknya …….	161
Grafik 4.4	Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Dimensinya …….	164
Grafik 4.5	Perbandingan Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Kelas dan Dimensi Kesabaran ……...	183
Grafik 4.6	Status Dimensi Sabar Hati pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 ……..	184
Grafik 4.7	Status Dimensi Sabar Pikiran pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 ……..	190
Grafik 4.8	Status Dimensi Sabar Lisan pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 ……..	194
Grafik 4.9	Status Dimensi Sabar Jawarih pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 ……..	198
Grafik 4.10	Status Aspek-aspek Kesabaran Remaja pada Siswa Kelas Agama B dalam Totalitas Status Aspek-aspek Kesabaran Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 …….	204
Grafik 4.11	Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Kontrol ……..……...	256
Grafik 4.12	Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest* Berdasarkan Dimensi Kesabaran pada Kelompok Kontrol …...	256
Grafik 4.13	Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest* pada Kelompok Eksperimen …….....	259
Grafik 4.14	Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest* Berdasarkan Dimensi Kesabaran pada Kelompok Eksperimen.....	260

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.1	Peta Jalan Penelitian tentang Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja ……..	15
Bagan 2.1	Empat Bentuk Respon Manusia Terhadap Musibah	45
Bagan 2.2	Kerangka Pikir Penelitian	115
Bagan 3.1	Desain Kelompok Kontrol *Nonequivalent* ……	119
Bagan 3.2	Desain Kelompok Kontrol *Nonequivalent* untuk *Posttest* Kedua	121
Bagan 3.3	Desain Triangulasi dengan Model Validasi Data Kuantitatif....	123
Bagan 3.4	Tahap-tahap Penelitian	135

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Instrumen Penelitian Pendahuluan	370
Lampiran 2	Kisi-kisi Instrumen Pengumpul Data Kesabaran Remaja ……	376
Lampiran 3	Input Data Kesabaran Remaja Pada Siswa MAN 1 Bandung Angkatan 2013 …….....	385
Lampiran 4	Resume Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Pengumpul Data Kesabaran Remaja ….	398
Lampiran 5	Input Data *Pretest*, *Postest* 1, dan *Posttest* 2 Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen ...	404
Lampiran 6	Resume Output SPSS untuk Uji Efektivitas …….	417
Lampiran 7	Kumpulan Hasil Penggalian Data dan Identifikasi Konteks Melalui Teknik Wawancara dan Diskusi…….	453
Lampiran 8	Kumpulan Hasil Penggalian Data dan Identifikasi Konteks Melalui Teknik Observasi	477
Lampiran 9	Kumpulan Hasil Penggalian Data dan Identifikasi Konteks Melalui Teknik Analisa Dokumen dan Artefak ……	501

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Manusia Indonesia masa depan yang berkualitas, berkarakter dan beradab adalah jawaban untuk menghadapi era globalisasi. Konvensi Nasional Pendidikan Indonesia VII telah mendeklarasikan Generasi Emas 2045, yaitu manusia yang berjiwa Pancasila yang memiliki kecakapan global dan futuristik yang mendasarkan penguasaan dan pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi pada nilai-nilai kultural dan nasionalisme, serta kemaslahatan bagi umat manusia.

Dalam era globlisasi dan informasi, peran sumberdaya manusia (SDM) dengan jaringan yang dimiliki akan sangat menentukan kualitas kehidupan masyarakat di mana yang bersangkutan berakar dan bergerak (Habibie, 2012, hlm. 1). Oleh karena itu, demi membangun Generasi Emas 2045 yang berkarakter, Kartadinata (2014, hlm. 63-64) menegaskan bahwa "pendidikan karakter harus menjadi bagian terpadu dari pendidikan alih generasi." Selanjutnya, dalam konteks kelembagaan, Kartadinata (2014, hlm. 193-194) menjelaskan bahwa lembaga pendidikan "bertanggung jawab dalam menuntun bangsa ke jalan nilai-nilai moral dan spiritual, mendidik warga negara bertanggung jawab atas kemaslahatan masyarakat, dunia, dan lingkungan alamnya."

Tiga puluh tahun yang akan datang, generasi yang sedang dalam puncak karier dan akan berada di gerbang Generasi Emas 2045 adalah siswa PAUD dan SD di tahun 2015. Namun demikian, pemancangan basis watak/karakter juga harus diberikan kepada para remaja yang di tahun 2015 duduk di bangku SMP dan SMA. Generasi ini masih akan berada pada akhir puncak karier Generasi Emas 2045. Generasi ini seharusnya juga mendapatkan penempaan.

Komposisi penduduk Indonesia saat ini didominasi oleh usia muda. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (Katalog BPS: 3101015, 2013, hlm.14) tentang Perkembangan Beberapa Indikator Utama Sosial-Ekonomi Indonesia (*Trends the Selected Socio-Economic Indicators of Indonesia*), pada Agustus

2011, menunjukkan bahwa penduduk pada kelompok umur 15-19 tahun menempati peringkat teratas dengan jumlah 20,8 juta jiwa atau 8,78% dari total 237,6 juta jiwa penduduk Indonesia.

Tantangan Abad 21 (*The Challenges of 21th Century*) akan memaksa semua orang untuk menjadi penduduk dunia. Kartadinata (2014, hlm. 227) menyebutnya dengan istilah "warga dunia" atau "warga global". Griffin, et.al. (2012, hlm. 17-19) mengidentifikasi sepuluh keterampilan dan kecakapan (*skills*) bagi peserta didik yang dapat diorganisasikan oleh sekolah. Kesepuluh *skills* tersebut, antara lain: (1) *creativity and innovation*; (2) *critical thinking, problem solving, decision making*; (3) *learning to learn, metacognition*, (4) *communication*; (5) *collaboration* (*teamwork*), (6) *information literacy*; (7) *ICT literacy*, (8) *citizenship – local and global* (9) *life and career*, dan (10) *personal & social responsibility – including cultural awareness and competence*.

Mempertimbangan semua keterampilan dan kecakapan yang dibutuhkan di masa depan tersebut, maka dunia pendidikan harus mengembangkan karakter yang akan menjadi ruh dan meliputi semua karakter mulia. Sebab, tanpa adanya ruh, semua kecakapan dan keterampilan (*skills*) akan menjadi hampa. Ibarat lampu tanpa aliran listrik. Bagaikan senjata api tanpa peluru. Seumpama matahari tanpa sinar dan panasnya.

Karakter yang menjadi ruh tersebut adalah karakter yang berakar pada nilai-nilai moral dan spiritualitas keagamaan. Apabila karakter ini menjadi ruh dalam perilaku peserta didik, maka manusia Indonesia masa depan yang memiliki ciri-ciri: beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Mahaesa; memiliki kecakapan global-transkultural dengan kecakapan berpikir tinggi dan penguasaan teknologi; meletakan dasar pemanfaatan ilmu dan teknologi pada nilai dan etika kultural dan nasionalisme; serta mengedepankan kemaslahatan bagi bangsa dan negara akan dapat terwujudkan.

Karakter yang dimaksud adalah sabar. Sebab, dalam sabar terdapat beragam kekuatan karakter (*character strengths*) dan kebajikan (*virtues*). Berbagai studi mengarahkan pada kesimpulan bahwa "sabar adalah kunci segala-

galanya. Sabar adalah kunci kesuksesan. Sabar adalah kunci kebahagiaan. Sabar adalah inti dan esensi menikmati hidup ini." (Pradiansyah, 2009, hlm. 149). Kesabaran berkorelasi dan dapat meningkatkan kecerdasan, baik EQ, SQ, dan AQ (Ubaedy, 2009, hlm. 65). Faktor kesabaran juga mempengaruhi penurunan stress sebesar 27% sedangkan 73% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain (Safitri & Retno, 2008, hlm. 18). Kesabaran juga berkorelasi positif dengan emosi positif masa depan (optimisme) sebesar 0,35 ($\alpha = 0,01$), sedangkan dengan emosi positif masa kini (kebahagiaan) sebesar 0,346 ($\alpha = 0,01$) (El Hafiz, 2013, hlm. 18).

Upaya mengembangkan karakter sabar kepada remaja sama dengan memberikan sinar untuk menapaki jalan kehidupan bagi mereka. Rasulullah SAW memetaforakan sabar dengan sinar yang disertai panas (*dhiyā-un*) (Al-Hilaly, 1422: 80). Ibarat matahari, walaupun disertai panas terik yang meyebabkan keletihan, tetapi semua yang disinarinya akan nampak jelas. Jalan harapan dan peluang untuk menggapai cita-cita menjadi lebih mudah karena terlihat terang benderang. Demikian pula dengan segala rintangan dan hal-hal yang membahayakan akan terlihat jelas sehingga para remaja bisa menghindarinya.

Potret perilaku remaja yang tidak atau kurang sabar bukan lagi kasus yang dapat disepelekan. Akhir tahun 2014, tawuran pelajar kembali terjadi di Jakarta (Kompas, 17 November 2014). Akhir Januari 2015, tawuran pelajar juga terjadi di Kupang NTT (Pos Kupang, 30 Januari 2015) dan Cianjur Jawa Barat (Pikiran Rakyat, 31 Januari 2015). BNN melaporkan bahwa 22% pengguna Narkoba adalah pelajar (Tempo, 20 Agustus 2014). Kalangan Pelajar adalah pengguna Narkoba tertinggi (Liputan 6, 17 Oktober 2014). Pergaulan bebas sudah dianggap masalah terbesar remaja Indonesia kontemporer. Parker & Nilan (2013, hlm. 145).) menulis dalam laporan penelitiannya bahwa

> *Yet over half 3.565 survey respondents wrote answers identifying* pergaulan bebas *– inappropriate social mixing – as one of the biggest problems for Indonesia youth. This response rate illustrate the dominance of the moral prohibition on unrestrained social mixing of youth, against which the informal leisure activities and casual socializing of young people must constructed*.

Remaja yang sabar adalah remaja yang memiliki sikap tenang, simpati, toleran terhadap orang lain, mampu mengontrol diri, tidak mudah mengeluh dan marah, pekerja keras dan tahan dalam menjalankan tugas dan mengejar cita-citanya. Prestasi yang diraih dalam hidup merupakan puncak yang berhasil didaki dengan usaha yang tidak kenal lelah. Rasa sakit dalam setiap langkah yang ditapakkan dipastikan menyertai pendakian tersebut. Inilah hakikat kesabaran. Jika tidak ada kesabaran maka puncak kesuksesan tidak akan pernah diraih. Stolzt (1997, hlm. 5) menjelaskan bahwa, "*Succes can be defined as the degree to which one moves forward and upward, progressing in one's lifelong mission, despite all obstacles or other forms of adversity*."

Menanamkan dan menumbuhkembangkan karakter sabar kepada remaja yang sedang dalam masa penuh semangat dan gairah dengan segala gejolak dan potensinya merupakan misi yang sangat penting. Jika karakter sabar tumbuh berkembang dalam jiwa setiap remaja, maka ia akan menjadi benteng yang kokoh tatkala krisis menerpa pribadi mereka. Dengan demikian, melalui kesabarannya para remaja hari ini akan menjadi sosok pembuka gerbang Generasi Emas 2045.

Sabar adalah setengah dari keimanan (Ibnul Qoyyim, Tt, hlm. 10). Sebagimana iman, kesabaran bersifat fluktuatif, kadang naik dan kadang turun. Fluktuasi kesabaran tentu dipengaruhi oleh faktor yang memiliki determinasi untuk menguatkan dan melemahkannya. Berdasarkan *Literature Study*, ditemukan bahwa meskipun kesabaran itu berat dan tidak disenangi, tetapi memungkinkan untuk diwujudkan dan dikuatkan. Jalan untuk menguatkan (*ways of strengthening*) merupakan faktor yang diasumsikan paling berpengaruh terhadap kesabaran.

Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) menyebutkan dua faktor, yaitu ilmu (*knowledge*) dan amal (*action*). Ilmu adalah pengetahuan tentang manfaat dan keutamaan suatu perintah serta mengetahui bahaya dan keburukan suatu larangan. Sedangkan amal berkaitan dengan pengalaman (*experience*) seseorang ketika mengalami pergulatan dorongan akal dan agama melawan dorongan hawa nafsu, di mana masing-masing pihak ingin memenangkan pertarungan. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) selanjutnya menjelaskan bahwa Jika pengetahuan tentang dua unsur

tersebut dipahami sebagaimana mestinya, maka "*adhaafa ilaihimaa al-'aziimah ash-shaadiqah wa al-himmah al-'aaliyah wa an-nakhwah wal-muruu-ah al-insaaniyyah* [pengetahuan tersebut akan melahirkan tekad yang benar, kekuatan jiwa yang besar, dan harkat kemanusiaan].

Berdasarkan *Meta Analysis* terhadap tiga hasil penelitian tentang tema kesabaran, tidak ditemukan faktor yang dianggap paling berpengaruh terhadap kesabaran. Penelitian El Hafiz, dkk (2013, hlm. 23) tentang Konstruk Psikologi Kesabaran dan Perannya dalam Kebahagiaan Seseorang, justru merekomendasikan untuk dilakukan penelitian lanjutan untuk mengkaji variabel-variabel yang mempengaruhi kesabaran. Penelitian yang dilakukan Wahyuningsih (2009, hlm. 124) tentang Validitas Konstruk Alat Ukur *Spiritual Orientation Inventory* (SOI) hanya menyebutkan bahwa dimensi transenden/keyakinan menerangkan 5,1% dari varians. Sedangkan faktor kesucian hidup menerangkan 12,1% dari varians dan merupakan kontributor terbanyak untuk isi pernyataan instrumen.

Selanjutnya, *Meta Analysis* terhadap tujuh hasil penelitian tentang tema *religious/spiritual coping* yang secara esensial terkandung makna kesabaran dalam dimensi *spiritual struggle* (kerja keras dalam pertarungan spiritual), memberikan konfirmasi bahwa faktor *belief in God/a Higher Power/Divine Power* (keimanan/ kepercayaan kepada Tuhan yang Mahakuasa) merupakan faktor yang determinan terhadap kesabaran. (Cotton, 2014, hlm. 4; Wnuk, 2014, hlm. 63; Charzynska, 2014, hlm. 5; Grossoehme, 2013, hlm. 34; Puffer, 2012, hlm. 14; Talik, 2011, hlm. 153).

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 120 pelajar remaja di tiga sekolah menengah atas berbasis Islam di Bandung dan sekitarnya yang dilakukan pada awal hingga medio Februari 2015, diperoleh hasil yang menguatkan kesimpulan dari *Literature Study* dan *Meta Analysis*. Dipilihnya sekolah berbasis Islam karena pelajar remaja di sekolah tersebut relatif menerima pengetahuan tentang konsep sabar sehingga peluang menemukan keterkaitan antara pengetahuan tentang sabar dengan kemampuan bersabar lebih memungkinkan dibandingkan dengan pelajar dari sekolah umum.

Selain itu, dipilihnya Bandung sebagai lokasi penelitian karena Bandung dua dekade terakhir mengalami tiga transisi. Sebutan "Kota Kembang" yang sejuk berubah menjadi "Kota Metropolis" yang pluralis tapi agamis. Lalu, di awal tahun 2015 ini, sebutan "Kota Teknopolis" disematkan untuk Kota Bandung (Pikiran Rakyat, Jumat, 27 Februari 2015). Sebutan tersebut dianggap tepat karena Bandung dikenal memiliki potensi untuk pengembangan teknonologi IT yang sudah menjadi identitas era globalisasi. Bandung juga memiliki segudang wahana pendidikan dan aktivitas kaum muda kreatif.

Namun, seiring upaya untuk mengukuhkan Bandung sebagai Kota Teknopolis, tantangan besar pun sudah menanti di depan mata. Harian Pikiran Rakyat, Jumat, 27 Februari 2015 menurunkan berita bahwa Provinsi Jawa Barat menjadi surga pornografi. Ketua Badan Pemberdayaan Perempuan, Perlidungan Anak, dan Keluarga Berencana (BP3AKB) Provinsi Jawa Barat melaporkan hasil survey lembaganya bahwa 80% pelajar usia 15-18 tahun di Jawa Barat adalah pengakses situs porno.

Walaupun tidak disebutkan persentasi pelajar pengakses situs porno di Kota Bandung, tetapi sebagai ibu kota provinsi tentu akan menjadi barometer hasil penelitian tersebut. Apalagi kasus-kasus yang selama ini identik dengan Kota Bandung seperti geng motor yang anggotanya mayoritas pelajar dan seks pelajar masih belum sepenuhnya bersih. Kasus penyerangan geng motor terhadap bobotoh di pertengahan November 2014 (www.detik.news, 12/11/2014) adalah faktanya. Selain itu, Lipsus Kompas di akhir tahun 2013 yang melaporkan kasus pekerja seks yang melibatkan 28% pelajar aktif juga masih menjadi berita yang belum lapuk. Terakhir, laporan kasus pelajar di Kota Bandung yang terlibat narkoba masih selalu muncul di media seiring terus meningkatnya jumlah pengguna narkoba dari kalangan pelajar yang diekspos BNN setiap akhir tahun.

Konfirmasi hasil studi pendahuluan, sebanyak 74,3% siswa mengetahui hakikat sabar dan 83,6% meyakini keutamaan dan manfaat jika mereka bersabar. Namun, berdasarkan pengalamannya sendiri, mayoritas siswa mengakui bahwa sulit mewujudkan sabar dalam tindakan (*action*). Sebanyak 80% menyebutkan

bahwa faktor penyebab kesulitan tersebut adalah lemahnya mental, kontrol diri dan kekuatan jiwa terhadap godaan syetan dan lingkungan. Sedangkan 11% menyebutkan bahwa kurangnya mengingat Allah dan tidak ikhlas dalam hidup menjadi penyebab sulitnya bersabar. Sedangkan sisanya, 9% dikarenakan faktor lain-lain, seperti berpikir negatif dan rasa ingin tahu.

Selanjutnya, berdasarkan studi pendahuluan juga ditemukan bahwa sebanyak 45,83% siswa remaja membutuhkan penguatan ilmu agama agar dapat selalu mengingat, beriman dan bertaqwa kepada Allah agar mampu bersabar. Sebanyak 20,83% siswa remaja membutuhkan dukungan orang tua supaya dapat bersabar. Sebanyak 16,67% membutuhkan motivator yang dapat membangkitkan semangat untuk bersabar. Sebanyak 11,67% membutuhkan teman dan orang terdekat untuk mendukungnya bersabar. Sedangkan 5% sisanya membutuhkan hal-hal lain, seperti keinginan terpenuhi baru dapat bersabar.

Merujuk pada hasil studi literatur, *meta analysis* terhadap penelitian serumpun, dan studi pendahuluan dapat disimpulkan bahwa faktor determinan yang dapat menguatkan dan melemahkan kesabaran dalam konteks pelajar remaja di Bandung adalah kekuatan jiwa/mental yang berbasis keyakinan pada nilai-nilai ketuhanan. Dalam konteks Islam adalah keyakinan terhadap Kemahakuasaan Allah SWT. Jika faktor ini lemah maka individu remaja akan lemah kesabarannya. Sebaliknya, jika faktor ini kuat maka akan kuat pula kesabarannya.

Kesabaran merupakan setengahnya dari keimanan (*ash-shabru nisful-īmān*) (Ibnu Mas'ud dalam Mutawalli, 2005, hlm. 683; Qoyyim, Tt, hlm. 10). Kesabaran adalah adalah sifat mulia dari orang-orang mu'min (Najati, 2001, hlm. 298). Keimanan itu sendiri tidak diwariskan, artinya bukan heriditas. Keimanan selalu fluktuatif, kadang naik bertambah dan kadang turun berkurang. Demikian pula dengan kesabaran, kadang naik dan kadang turun. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 33) menjelaskan bahwa naik dan turunnya kesabaran tergantung pada kuat atau lemahnya faktor pendorong dalam proses *intiqāl*, yaitu proses transfer nilai-nilai sabar yang ditransmisikan dan dikomunikasikan dari seseorang kepada yang lain.

Pendekatan bimbingan untuk membantu remaja dalam mengembangkan karakter sabar merupakan cara yang efektif karena bimbingan adalah upaya pedagogies dan normatif. Kartadinata (2011, hlm. 25) menjelaskan bimbingan dan konseling adalah upaya pedagogies dan normatif untuk membantu dan memfasilitasi perkembangan manusia sesuai dengan hakikat eksistensinya. Pernyataan ini sangat relevan dengan pandangan Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 33) bahwa Allah telah menjadikan dalam diri individu potensi untuk menerima pembelajaran, maka bukan sesuatu yang mustahil karakter dikembangkan melalui proses pendidikan.

Mempertimbangkan bahwa sabar berasal dari bahasa Arab dan merupakan konsep akhlak mulia yang telah disebutkan Allah SWT dalam Al-Quran, maka mengembangkan karakter sabar melalui proses bimbingan, secara original lazimnya dikaitkan dengan pendekatan dalam perenungan hikmah yang terkandung dalam Al-Qur'an. Sebab sebagai kitab suci, seluruh isinya berbicara tentang perilaku manusia. Hussain (2011, hlm. 14) menjelaskan bahwa, "*The Al-Qur'an deals with the human psych and exemplifies the challenges to behavioral change and character development through it's narratives, analogies, and direct guidance*."

Pendekatan yang dapat dilakukan untuk merenungi hikmah yang terkandung dalam Al-Quran adalah melalui tadabbur. Penerapan tadabbur Al-Quran dianggap tepat karena pendekatan ini merupakan cara untuk membaca, merenungkan dan mencermati ayat-ayat Al-Quran dengan tujuan untuk mengetahui dan memahami makna-makna, hikmah-hikmah, serta maksudnya. Al-Lahim (1996, hlm. 5) menjelaskan bahwa "*Fainnal-washīlatal-ūlā li ishlāhin-nafsi wa tazkiyatin-nufūs wal-wiqāyati minal-musykilāti wa 'ilājihā huwa al-'ilmu, wa washīlatul-ūlā al-qirā-ah wal-kitāb*." Melalui pembacaan, pemahaman makna, hikmah, dan maksud ayat-ayat Al-Quran diyakini akan menjadi *wasīlatul-ilāj* (media atau cara terapi) untuk perbaikan diri, kebersihan hati, dan penjagaan diri dari segala kemelut hidup.

Hakikatnya, tadabbur Al-Quran merupakan cara berkontemplasi melalui ayat-ayat Al-Quran dengan tujuan terbangunnya integritas diri yang dapat mendorong manusia menuju puncak kemuliaaan, kesempurnaan, dan kebahagiaan dalam hidupnya. Kartadinata (2011, hlm. 48) menjelaskan bahwa integritas diri merupakan dorongan yang paling bermakna dalam diri manusia karena akan membawa manusia ke arah perbaikan dan penyempurnaan diri. Dorongan ini memungkinkan manusia memiliki kesadaran akan alternatif tindakan, melihat keputusan yang diambil sebagai perwujudan dari kebebasan diri, dan bukan sebagai perilaku mekanistik. Dorongan seperti ini membawa manusia ke arah perkembangan mental yang sehat.

Kondisi mental yang sehat sangat dibutuhkan oleh setiap pribadi dalam setiap fase kehidupannya. Syamsu Yusuf (2009, hlm. 9) menjelaskan bahwa kesehatan mental terkait dengan (1) bagaimana memikirkan, merasakan, menjalani kehidupan sehari-hari; (2) bagaimana memandang diri sendiri dan orang lain; dan (3) bagaimana mengevaluasi berbagai alternatif dan mengambil keputusan.

Penelitian mengenai bagaimana bimbingan dilakukan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar remaja menjadi menarik untuk dilakukan sebagai sebuah upaya mewujudkan manusia *kaffah*. MD Dahlan (2005, hlm. 26) mengemukakan bahwa keterpaduan proses bimbingan yang berlangsung atas dasar norma yang bersumber dari Allah SWT dan diarahkan kepada pencapaian manusia *kaffah* itu hendaknya memperhatikan kehidupan di dunia dan akhirat.

Bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran pada hakikatnya adalah memadukan bimbingan dengan norma Ilahiyah untuk mewujudkan kebahagiaan manusia di dunia maupun di akhirat. Tentunya, pemaduan ini merupakan proses "menenun" untuk suatu produk pelayanan bimbingan yang inovatif dan efektif demi memandu dan menavigasi individu menjadi lebih baik dan bermakna dalam meniti kehidupannya.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Pergulatan antara akal sehat dan keimanan melawan dorongan hawa nafsu akan dirasakan sebagai kondisi dilematis oleh setiap individu. Setiap individu seharusnya memahami cara memberdayakan atau cara mengerahkan potensi sabar sebagai daya tahan spiritual (*spiritual struggle*) yang berbasis pada keimanan kepada Allah SWT (*belief in Allah*) sebagai Tuhan yang Mahakuasa (*The Great and Higher Power*) ketika menghadapi dilema antara bertahan dalam kebaikan ketika muncul dorongan untuk menjerumuskan diri dalam keburukan.

Generasi penerus masa depan yang harus mendapat perhatian dengan menanamkan pondasi kesabaran adalah remaja. Menanamkan dan menunbuhkembangkan karakter sabar kepada remaja yang secara karakteristik perkembangan sedang dalam masa bergejolak dengan segala potensinya merupakan misi yang sangat penting. Jika karakter sabar tumbuh berkembang dalam jiwa remaja, maka tidak hanya persoalan perilaku yang tidak menguntungkan diri remaja sendiri, keluarga, masyarakat, dan negara dapat tertanggulangi tetapi pada saat yang sama melalui kesabarannya para remaja akan menjadi sosok generasi yang menguntungkan bagi diri, keluarga, masyarakat, dan negaranya.

Remaja yang telah kehilangan daya tahan untuk menghadapi segala cobaan dan godaan yang akan menjerumuskan dirinya ke lembah kehancuran bukan lagi kasus yang dapat disepelekan. Sebaliknya, remaja yang sabar adalah remaja yang memiliki sikap tenang, simpati, toleran terhadap orang lain, mampu mengontrol diri, tidak mudah mengeluh dan marah, pekerja keras dan tahan dalam menjalankan tugas dan mengejar cita-citanya.

Seiring dengan pandangan yang lebih positif terhadap remaja sebagai manusia yang memiliki peluang untuk menghadapi tantangan baru dalam isu-isu global, dengan segenap potensinya remaja dapat menavigasi dirinya untuk memiliki hubungan dengan keluarga, sekolah, teman sebaya, lingkungan positif, dan keyakinan spiritualitas keagamaan. Perhatian terhadap pengembangan potensi

remaja tersebut mutlak menjadi sebuah keharusan. Salah satunya adalah dengan mengembangkan karakter sabar dalam diri remaja.

Pendekatan bimbingan dan konseling untuk membantu remaja dalam mengembangkan karakter sabar merupakan cara yang efektif. Bimbingan dan konseling merupakan wahana normatif untuk memfasilitasi pengembangan karakter sabar pada remaja dalam spektrum perkembangannya. Sebagaimana individu pada umumnya, remaja memiliki potensi untuk menerima bimbingan dan pembelajaran agar memiliki kesadaran tentang diri dan lingkungannya, bertanggung jawab, memenuhi kebutuhan dirinya untuk mengatasi masalahnya sendiri, mengembangkan diri untuk mencapai tujuan hidupnya, dan memiliki daya tahan spiritual dalam mengarungi kehidupannya.

Mempertimbangkan bahwa idealnya setiap remaja memahami cara dan dapat memberdayakan potensi sabar, maka bimbingan klasikal dianggap tepat sebagai rancangan kegiatan dalam layanan dasar bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran. Keseimbangan dan kesinambungan antarkelas, serta sinkronisasi dengan proses pembelajaran memungkinkan tercapai melalui bimbingan dalam seting kelas.

Mengacu pada hasil studi pendahuluan ditemukan beberapa kesenjangan, antara lain: (1) karakter sabar belum dimasukkan dalam kurikulum nasional; (2) materi tentang kesabaran hanya terdapat dalam kurikulum Madrasah Aliyah di Kelas X pada Mata Pelajaran Akidah Akhlak, subbab akhlak mulia, untuk satu kali pertemuan bersamaan dengan akhlak mulia yang lain; (3) guru BK/konselor sekolah hampir jarang sekali memberikan bimbingan secara khusus dengan menggunakan terminologi sabar; (4) guru BK/konselor sekolah melakukan pendekatan bimbingan dan konseling spiritual secara parsial; (5) guru BK/konselor sekolah belum ada yang memberikan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran, termasuk di sekolah-sekolah berbasis Islam.

Merujuk pada usaha mengintegrasikan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran yang bernunasa spiritual keagamaan untuk mengembangkan sabar sebagai daya tahan spiritual yang berbasis pada keimanan, maka dipilih

partisipan dari sekolah berbasis keagamaan, yaitu MAN 1 Kota Bandung. Alasan dipilihnya partisipan dari MAN 1 Kota Bandung karena hasil pengumpulan data status kesabaran remaja pada siswa Kelas XII MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 menunjukkan hasil adanya dua kelompok remaja dari dua kelas berbasis program agama yang berstatus sabar rendah.

Permasalahan yang teridentifikasi dari penelitian ini adalah bagaimana layanan dasar bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar remaja secara klasikal dapat dijalankan secara operasional.

C. Tujuan Penelitian

Secara umum, tujuan penelitian ini adalah tersusunnya suatu kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran yang efektif untuk mengembangkan karakter sabar remaja. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hal-hal sebagai berikut: (1) mengetahui status kesabaran remaja; (2) menemukan situasi yang menuntut kesabaran yang berat bagi remaja; (3) memperoleh kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran yang efektif untuk mengembangkan karakter sabar remaja; dan (4) menemukan faktor-faktor yang dapat mendukung pengembangan aplikasi kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar remaja.

D. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, serta tujuan penelitian, maka demi penelaahan yang lebih terfokus, masalah utama dalam penelitian ini diperinci melalui pertanyaan-pertanyaan berikut ini.

1. Bagaimana status kesabaran remaja pada siswa Kelas XII MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013.
2. Situasi apa yang menuntut kesabaran yang berat bagi remaja pada siswa Kelas XII MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013.

3. Apakah kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran efektif untuk mengembangkan karakter sabar remaja pada siswa Kelas XII MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013.
4. Faktor-faktor apakah yang dapat mendukung pengembangan kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar remaja pada siswa Kelas XII MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013.

E. Manfaat Penelitian

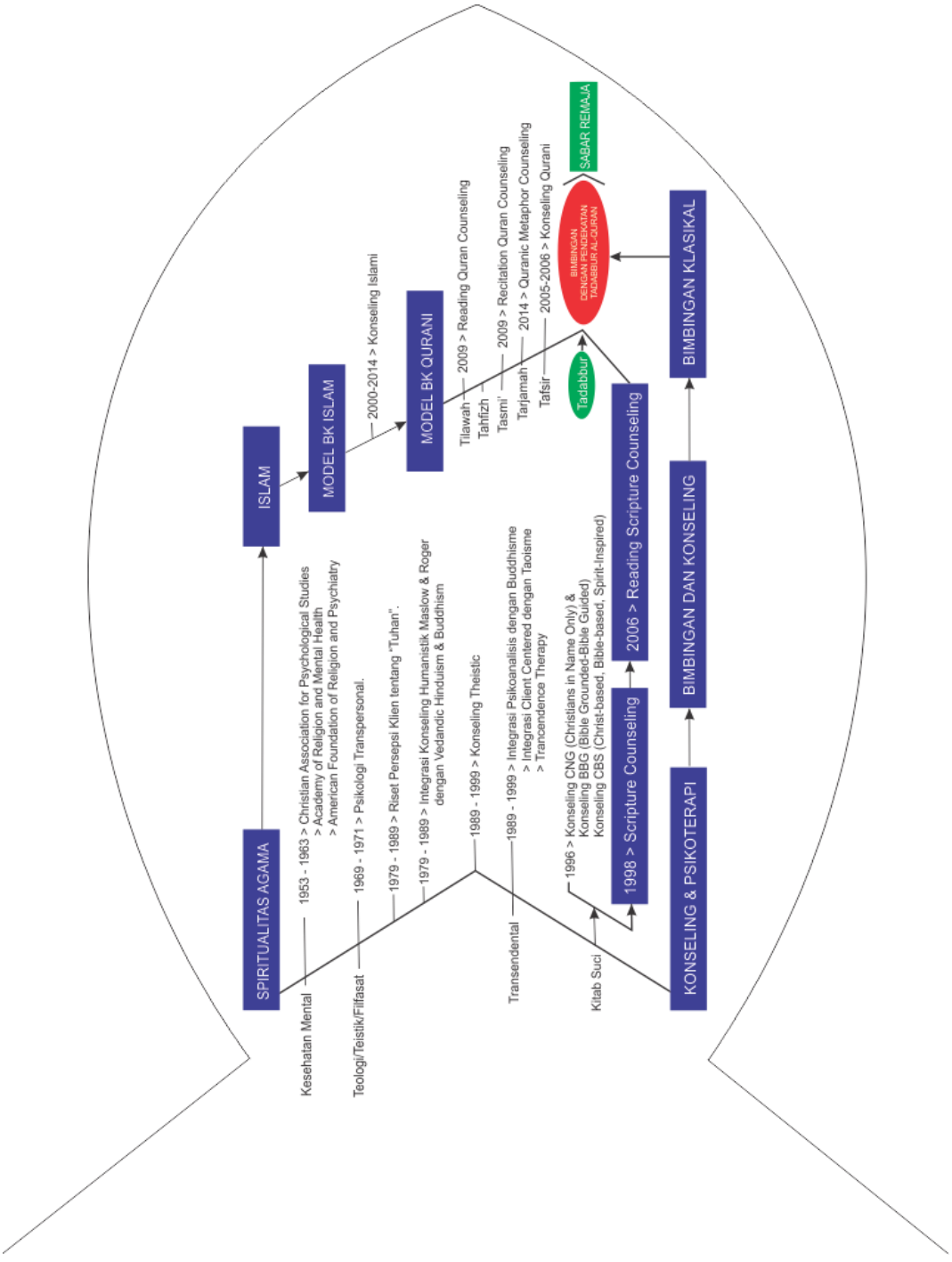
Sesuai dengan tujuannya, hasil penelitian ini berguna bagi para praktisi bimbingan dan konseling, pengembang ilmu, pengembang kelembagaan, dan peneliti selanjutnya. Manfaat bagi praktisi bimbingan dan konseling, hasil riset ini memungkinkan untuk langsung diaplikasikan oleh guru BK/konselor sekolah dalam rangka mengembangkan karakter sabar bagi siswa-siswa di sekolah, yang notabene berusia remaja.

Berikutnya bagi pengembang ilmu bimbingan dan konseling, hasil riset ini bermanfaat bagi para dosen di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/Prodi Bimbingan dan Konseling untuk memperkaya khazanah teori dan menambah informasi yang menyangkut isu-isu mutakhir tentang perkembangan bimbingan dan konseling yang berbasis spiritualitas keagamaan.

Selanjutnya bagi pengembang kelembagaan, hasil riset ini dapat dimanfaatkan oleh para organisatoris kelembagaan bimbingan dan konseling untuk membentuk divisi khusus yang mengembangkan bimbingan dan konseling berbasis spiritual keagamaan, khususnya yang terintegrasi dengan tadabbur Al-Quran. Terakhir, bagi peneliti selanjutnya, hasil riset ini bermanfaat sebagai pijakan untuk riset-riset berikutnya.

F. Peta Jalan Penelitian

Lazimnya sebuah penelitian dipandu oleh sebuah peta jalan untuk menentukan arah penelitian dan target yang ingin dicapai**.** Peta jalan berfungsi sebagai gambaran bagaimana penelitian akan berjalan dan kemana penelitian akan bermuara. Peta jalan penelitian juga menjadi petunjuk pada bidang-bidang utama penguasaan kepakaran (*fields of expertise*) para peneliti. Peta jalan penelitian juga menjadi pembeda (diferensiasi) antara fokus suatu penelitian dengan penelitian yang lain, baik yang sudah ataupun sedang dilakukan oleh peneliti lain.


SPIRITUALITAS AGAMA
ISLAM
MODEL BK ISLAM
MODEL BK QURANI
BIMBINGAN KLASIKAL
BIMBINGAN DAN KONSELING
KONSELING & PSIKOTERAPI
SABAR REMAJA
BIMBINGAN DENGAN PENDEKATAN TADABBUR AL-QURAN
Tadabbur
1953 - 1963 > Christian Association for Psychological Studies
> Academy of Religion and Mental Health
> American Foundation of Religion and Psychiatry
Kesehatan Mental
1969 - 1971 > Psikologi Transpersonal.
Teologi/Teistik/Filfasat
1979 - 1989 > Riset Persepsi Kilen tentang "Tuhan".
1979 - 1989 > Integrasi Konseling Humanistik Maslow & Roger dengan Vedandic Hinduism & Buddhism
1989 - 1999 > Konseling Theistic
Transendental
1989 - 1999 > Integrasi Psikoanalisis dengan Buddhisme
> Integrasi Client Centered dengan Taoisme
> Trancendence Therapy
1996 > Konseling CNG (Christians in Name Only) &
Konseling BBG (Bible Grounded-Bible Guided)
Konseling CBS (Christ-based, Bible-based, Spirit-Inspired)
Kitab Suci
1998 > Scripture Counseling
2006 > Reading Scripture Counseling
2000-2014 > Konseling Islami
Tilawah
Tahfizh
2009 > Reading Quran Counseling
Tasmi'
Tarjamah
2009 > Recitation Quran Counseling
2014 > Quranic Metaphor Counseling
Tafsir
2005-2006 > Konseling Qurani

Bagan 1.1

Peta Jalan Penelitian tentang Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja

Bagan 1.1 memberikan gambaran tentang peta jalan penelitian ini yang berada pada jalur BK spiritual, yaitu wahana integrasi bimbingan dan konseling dengan spiritual keagamaan. Wahana intergrasi ini telah melahirkan praksis yang terkait dengan terminologi baru yang disebut-sebut sebagai angkatan kelima dalam historia bimbingan dan konseling, yaitu *spiritual counseling*.

Dalam rentang antara tahun 1953-1963 sudah dimulai riset dalam praksis psikologi, psikatri, dan konseling tentang kesehatan mental berdasarkan ajaran agama. Dilanjutkan pada rentang 1969-1971, penelitian terhadap ajaran teologi dan filsafat agama telah menghasilkan teori psikologi transpersonal. Temuan ini mendorong Rizzuto (Miller, 2003, hlm.33) untuk meneliti tentang persepsi klien tentang "Tuhan". Hasil-hasil riset yang menunjukkan adanya konsep dan prinsip yang sama antara konseling dan psikoterapi dengan agama telah mendorong integrasi antara keduanya. Beberapa riset integrasi telah dilakukan, antara lain: Pada tahun 1989, Amit Kumar Das mengintegrasikan konseling humanistik Maslow dan Rogers dengan Vedandic Hinduism dan Buddhism (Theravada dan Mahayana) yang menekankan tentang aktualisasi diri (*self-actualization*).

Selanjutnya, tahun 1993, J.R. Suler (Miller, 2003, hlm.33) mengintergrasikan Psikoanalisis dengan Buddhisme. Tahun 1996, Elizabeth Hermsen (Miller, 2003, hlm.33) mengintegrasikan aspek *complimentary* (*unconditional positive regard*) dari teori Rogers tentang Terapi *Client-Centered* dengan Taoisme. Tahun 1996, K.E. Farnsworth (Miller, 2003, hlm.33) menemukan tiga tipe konselor dalam perspektif Kristiani, yaitu: Pertama, tipe CNO: *Christians in Name Only*, yaitu konselor yang bergantung hanya kepada psikologi dan kurang banyak menggunakan teologi. Kedua, tipe BGG: *Bible-grounded and Bible-guided,* yaitu konselor yang menggunakan Bible untuk menjelaskan masalah dan solusinya tetapi sama sekali mengabaikan psikologi. Ketiga, CBS: *Christ-centered, Bible-based, and Spirit-inspired*, yaitu konselor yang mendedikasikan konseling untuk Kristus. Mereka disebut *true Christian counselor* karena mengikuti prinsip-prinsip Bible dan menggunakan *holy spirit* untuk menentukan prosedur dalam konseling.

Pada tahun 1998, beberapa peneliti memunculkan istilah *scripture counseling*. Pada tahun 2006, Lines (2006, hlm. 160-161) mengenalkan istilah *reading scripture counseling*, yaitu konseling dengan menggunakan wahana membaca Kitab Suci. Sejak itu, bermunculan hasil riset dalam praksis konseling berbasis Kitab Suci, termasuk A-Quran sebagai sumber materi, baik dari aspek penafsiran, memperdengarkan dan membacakan, dan pemaknaan bahasa. Tahun 2010, Shaima Ahammed menggunkaan metafora Al-Quran dalam konseling.

Para peneliti dalam bidang bimbingan dan konseling di Indonesia juga telah melakukan riset tentang keagamaan secara umum dan keislaman serta Al-Quran secara khusus sebagai objek riset. Kajian konseling Teistik telah dilakukan oleh Syamsu Yusuf sejak tahun 2004. Adadpun penelitian yang mengkhususkan pada Al-Quran dilakukan oleh Uman Suherman pada tahun 2005 dan Anwar Sutoyo pada tahun 2006. Uman Suherman menjadikan keterampilan hubungan sosial sebagai variabel terikat sedangkan Anwar Sutoyo menjadikan pemahaman yang benar sebagai variabel terikat. Penelitian selain itu, lebih banyak diarahkan pada integrasi nilai-nilai Islam dalam sebagai objek kajian dan dilakukan di wilayah luar sekolah, seperti di rumah sakit, pesantren, panti-panti, dan lain sebagainya. Pada tahun 2013, Arifin melakukan riset dengan menjadikan Bimbingan dan Konseling Islami sebagai varibel bebas dan kebutuhan spiritual sebagai variabel terikat kepada pasein rawat inap di RSUD Al-Ihsan Kabupaten Bandung. Pada tahun yang sama, Nuriah juga melakukan riset BK Islami untuk meningkatkan kecerdasan interpersonal siswa. Penelitian lain dilakukan pada tahun 2015 oleh Khatimah. Dalam penelitiannya, Khatimah menjadikan kendali diri (*self control*) siswa sebagai variabel terikat.

Penelitian ini dilakukan pada sekolah formal berbasis Islam dengan subjek siswa-siswi Kelas XII Madrasah Aliyah (MA) yang sedang mempersiapkan diri menghadapi serangkaian ujian akhir demi meraih kelulusan. Penelitian ini belum menyentuh remaja yang duduk di SMA maupun SMK. Penelitian ini memposisikan diri pada jalur integrasi antara bimbingan klasikal dengan *Tadabbur* Al-Quran. Integrasi ini diistilahkan dengan bimbingan dengan

pendekatan *Tadabbur* Al-Quran sebagai variabel bebas. Variabel ini menggabungkan secara *equivalent* antara prinsip-prinsip dan prosedur bimbingan klasikal dengan kaidah-kaidah *Tadabbur* Al-Quran. Dalam integrasinya, bimbingan klasikal difungsikan sebagai wahana sedangkan *Tadabbur* Al-Quran yang bermaterikan ayat-ayat sabar sebagai perlakuan. Adapun variabel terikatnya adalah karakter sabar remaja.

Konsep sabar remaja digali secara *indigenous* dari sumber aslinya sebagai salah satu bentuk akhlak dalam agama Islam. Penggalian secara *indigenous* ini dilakukan karena konsep sabar telah diserap menjadi istilah umum. Berbagai agama dan budaya telah menyerap istilah ini untuk menyebut suatu daya tahan terhadap segala cobaan, bersikap tenang, tidak lekas marah, an tidak mudah putus asa. Akibat dari penyerapan ini, nilai inti dari konsep ini menjadi samar bahkan cenderung hilang. Pengambilan konsep inti sabar secara *indigenous* dari ajaran Islam inilah yang membedakan secara khas dan memberikan batas-batas unik dari penelitian ini. Atas dasar pertimbangan ini pula, riset ini dilakukan kali pertama kepada siswa-dan siswi Madrasah Aliyah.

G. Sistematika Penulisan

Untuk memberikan gambaran secara umum tentang isi dan materi yang akan dibahas, maka bagian ini akan menguraikannya menjelaskan bahwa Bab I merupakan pendahuluan yang di dalamnya membahas tentang latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II merupakan landasan teori, gambaran umum mengenai dasar penelitian atau teori yang melandasi permasalahan dalam penelitian. Bab III membahas metode penelitian yang berisi, antara lain: desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. Bab IV menjelaskan tentang temuan dan pembahasan. Sedangkan Bab V diisi dengan simpulan, implikasi dan rekomendasi.

BAB II
KONSEPTUALISASI
BIMBINGAN DENGAN PENDEKATAN TADABBUR AL-QURAN UNTUK MENGEMBANGKAN KARAKTER SABAR REMAJA

A. Pengantar

Karakter dan sabar adalah dua kata serapan yang berasal dari dua bahasa yang berbeda. Istilah karakter adalah kata serapan dari bahasa Inggris, yaitu "*character*". Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008, hlm. 639) menjelaskan bahwa karakter adalah tabiat; sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lainnya atau juga disebut watak. Berkarakter berarti mempunyai tabiat atau mempunyai kepribadian atau berwatak.

Sedangkan istilah sabar merupakan kata serapan dari bahasa Arab, yaitu "*shabran*". Istilah ini juga disebut dalam banyak ayat Al-Quran dengan berbagai derivasinya. Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008, hlm. 1237) merumuskan bahwa sabar adalah tahan menghadapi cobaan (tidak lekas marah, tidak lekas putus asa, tidak lekas patah hati); tabah; tenang; tidak tergesa-gesa; tidak terburu nafsu. Bersabar berarti bersikap tenang (pikiran maupun perasaan). Menyabarkan berarti menenangkan perasaan, pikiran atau menenteramkan hati. Penyabar adalah orang yang bersikap tenang, yaitu tidak terburu nafsu dan tidak lekas marah. Kesabaran adalah ketenangan hati dalam menghadapi cobaan atau sifat tenang.

Makna yang terkandung dalam kata sabar mempengaruhi penerjemahan kata sabar dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Para ahli bahasa Arab-Indonesia menerjemahkan kata *ash-shabru* dengan sabar atau tabah hati (Yunus, 1990, hlm. 211; Alkalali, 1987, hlm. 461; Munawwir, 1984, hlm. 813). Sedangkan ahli bahasa Arab-Inggris menerjemahkan kata *ash-shabru* dengan beragam istilah, antara lain: *patience* (kesabaran); *forbearance* (sabar atau pengendalian diri); *longanimity* (sikap sabar); *long-suffering* (lama menderita); *endurance* (daya tahan); *tolerance/tolerantion* (tenggang rasa); *perseverance* (usaha keras); dan *self-control* (kontrol diri) (Al-Mawrid, 2001, hlm. 687).

Para penyusun Oxford Advanced Learner's Dictionary (2010, hlm. 1113) merumuskan kata *patience* sebagai "*The ability to stay calm and accept a delay ot something annoying without complaining*." Kata *forbearance* dirumuskan "*The quality of being patient and sympathetic toward other people, especially when they have done something wrong*." (OALD, 2010, hlm. 605). Kata *endurance* dirumuskan "*The ability to continue doing something painful or difficult for a long periode of time without complaining*." (OALD, 2010, hlm. 502). Adapun kata *self-control* dirumuskan "*The ability to remain calm and not show your emotions even though you are feeling angry, excited, etc*." (OALD, 2010, hlm. 1387).

Berdasarkan pengertian beberapa kata yang menjadi terjemahan kata sabar dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris dapat disimpulkan bahwa sabar pada hakikatnya adalah kemamapuan seseorang untuk bersikap tenang dan menerima sesuatu yang tidak menyenangkan dirinya disertai sikap simpati dan toleran terhadap kesalahan orang lain dan mengontrol diri dengan tidak memperlihatkan emosi dan kemarahan serta tidak mengeluh dalam jangka waktu yang panjang.

Sebagai istilah yang telah masuk dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, karakter dan sabar tentu menjadi istilah yang digunakan dalam keseharian masyarakat Indonesia. Terlepas dari latar belakang agama, paham dan keyakinan, suku, budaya, dan bahasa, istilah karakter sabar telah menjadi bagian dari terminologi yang diyakini dan aplikasikan sebagai perilaku baik (*good behavior*). Perilaku yang akan menjaga kemulian dan ketinggian derajat manusia sebagai makhluk yang berperadaban.

Seiring semangat untuk mengembangkan bangsa yang berkarakter, sabar seharusnya dikembangkan merupakan karakter bangsa Indonesia. Karakter sabar sangat dibutuhkan oleh bangsa Indonesia untuk menghadapi tantangan yang semakin berat di masa depan. Harapannya, bangsa Indonesia yang berkarakter sabar dapat menjadi tonggak menuju bangsa yang maju tetapi mulia. Bangsa yang mampu menjungjung tinggi derajat kemanusiaan yang beradab.

B. Konsep Karakter Sabar

Apakah sabar adalah karakter? Mengawali penjelasan tentang konsep karakter sabar dengan sebuah pertanyaan dimaksudkan mengundang perhatian. Hal ini cukup penting untuk diungkapkan mengingat minimnya referensi tentang sabar sebagai karakter sehingga sebagian kalangan meragukan bahwa sabar merupakan karakter yang memungkinkan untuk dikembangkan dalam kepribadian. Penjelasan selanjutnya akan memaparkan tentang konsep sabar dan berbagai indikatornya yang menguatkannya sebagai bagian dari karakter.

Sebagaimana dipahami bahwa istilah karakter berasal mula secara *origin* dari kata "*caratere*" dalam Bahasa Perancis yang berarti simbol atau gambar yang digunakan dalam ilmu tenung/sihir. Bangsa Yunani Bahasa Yunani menyebutnya "*kharakter*" yang berarti penanda ukiran dan penanda jiwa. Bangsa-bangsa berbahasa Latin menyebutnya "*character*" yang berarti simbol atau tanda jiwa (*symbol or imprint on the soul*). (www.dictionary.reference.com, 11 Maret 2015). British Dictionary (2012) mendefinisikan karakter sebagai "*the combination of traits and qualities distinguishing the individual nature of a person or thing*."

Berdasarkan terminologi psikologis, karakter adalah kualitas moral yang berbeda dengan kematangan intelektual dan emosional. Cronbach (1978, hlm. 784) menjelaskan bahwa "*Character is an aspect of personality. Belief, feelings, and actions are linked; to change character is to reorganize the personality*." Dijelaskan pula bahwa pendorong utama keterkaitan antara karakter dengan afeksi dan kebutuhan lainnya adalah perilaku yang baik (*good behavior*). Sabar adalah perilaku mulia (*good behavior*). Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 19) menjelaskan bahwa sabar pada hakikatnya adalah akhlak yang mulia. Sabar adalah "*Khuluqul-fādhil min akhlāqin-nafsi*." Istilah akhlak sering diterjemahkan dengan karakter, moralitas, dan etika. Baalbaki (2001, hlm. 521) menerjemahkan kata "*khuluq*", "*khulqy*", dan "*akhlāqy*" dengan kata *character*, *morality*, dan *ethical*. Peck dan Havighurst (dalam Cronbcah, 1978, hlm. 786) memasukkan moral pada level pertama dari lima level diskusi terminologi tentang karakter.

Karakter seseorang akan terlihat keasliannya ketika menyelesaikan masalah yang dilematis. Cronbach (1978, hlm. 783) juga menjelaskan bahwa "*Character, however, is evidenced in the way a person handles dilemmas, especially those where his wishes run counter to the interests of the other person*." Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) menjelaskan bahwa *"…anash-shabra mushaar'atu baa'itsul-'aqli wad-diini li baa'itsil-hawaa wan-nafsi*." Situasi dilema terjadi saat seseorang berusaha karena sabar berada pergulatan antara mengikuti akal sehat dan keimanan atau menuruti dorongan hawa nafsu. Kondisi inilah yang disebut oleh Cronbach (1978, hlm 786) sebagai dilemma-dilema moral (*moral dilemmas*).

Whitehead (1933, hlm. 309) mengatakan bahwa "C*haracter is the manifestation of Truth, and Truth is the conformation of Appearance to Reality"*. Karakter yang ditampilkan oleh seseorang tidak bisa dipisahkan dengan keyakinan seseorang terhadap kebenaran sebagai penegasan dari realita yang ditampilkan, yaitu realita penciptaan. Keyakinan kepada kebenaran tentang adanya *The Great and Supreme Power* yang menciptakan, memelihara alam semesta dengan segala isinya adalah inti dari pendidikan dan pengembangan karakter. Aspek keyakinan ini sangat penting karena karakter merupakan manifestasi dari kebenaran Tuhan.

Sabar bukan sekadar konsep yang bersifat *humanistic-anthroposentrism* yang berpusat pada kemampuan manusia belaka. Sabar merupakan konsep yang bersifat *spiritual-theosentrism* yang dinisbatkan kepada *The Great Power*, yaitu Tuhan Yang Menciptakan realita kehidupan manusia (*nature of mankind*) dan alam semesta dengan seluruh isinya (*all exist*). Kesabaran terjadi dalam realita penciptaan ini.

Sabar merupakan perilaku spiritual seseorang dengan Sang Pencipta. Kualitas sabar tidak hanya ada pada kekuatan dalam menghadapi segala akibat buruk dan tidak menyenangkan dalam interaksi manusia dengan manusia lainnya, tetapi kualitas sabar ada pada keterhubungan (*connection*) seseorang dengan Tuhan Sang Pencipta dalam konteks keimanan dan keyakinan. Berdasarkan dimensinya, (Cotton, 2014, hlm. 4; Wnuk, 2014, hlm. 63; Charzynska, 2014, hlm. 5;

Grossoehme, 2013, hlm. 34; Puffer, 2012, hlm. 14; Talik, 2011, hlm. 153) menyebutkan bahwa sabar adalah kerja keras dan ketahanan spiritual (*spiritual struggle*). Oleh sebab itu, sabar dapat dikategorikan sebagai bentuk dari *religious/spiritual coping*.

Bagian penting yang mengukuhkan karakter sabar sebagai karakter sebagai kekuatan dan kebajikan adalah klasifikasi yang dilakukan oleh Peterson dan Selingman (2004) dalam bukunya, "*Character Strenghts and Virtues*". Keduanya memasukkan 24 kebajikan yang terbagi dalam 6 (enam) kekuatan karakter. Keenam klasifikasi kekuatan karakter tersebut, antara lain: (1) *wisdom and knowledge* (2) *courage*, (3) *humanity*, (4) *justice*, (5) *temperance*, dan (6) *transcendence*. Merujuk pada keduapuluh empat kebajikan yang menjadi bagian dari keenam karakter tersebut, Peterson & Selingman (2004, hlm. 53-89) mengambil pelajaran (*lesson*) dari katalog kebajikan dalam persepektif sejarah dan kontemporer, psikologi, perkembangan remaja dalam sistem budaya (*microsystem, mesosystem, exosystem*, maupun *macrosystem*), dan filosofi (termasuk agama di dalamnya).

Keduapuluh empat kebajikan yang disebutkan Peterson & Selingman (2004) adalah: (1) *creativity* [*originality*, *ingenuity*], (2) *curiosity* [*interest*, *novelty-seeking*, *openness to experience*], (3) *open-mindedness* [*judgment, critical thinking*], (4) *love of learning*, (5) *perspective* [*wisdom*], (6) *bravery* [*valor*], (7) *persistence* [*perseverance, industriousness*], (8) *integrity* [*authenticity, honesty*], (9) *vitality* [*zest*, *enthusiasm*, *vigor*, *energy*], (10) *love*, (11) *kindness* [*generosity*, *nurturance*, *care*, *compassion*, *altruistic love*, "*niceness*"], (12) *social intelligence* [*emotional intelligence*, *personal intelligence*], (13) *citizenship* (*social responsibility*, *loyalty*, *teamwork*], (14) *fairness*, (15) *leadership*, (16) *forgivness and mercy*, (17) *humility and modesty*, (18) *prudence*, (19) *self-regulation* [*self-control*], (20) *appreciation of beauty and excellence* [*awe*, *wonder*, *elevation*], (21) *gratitude*, (22) *hope* [*optimism*, *future*, *mindedness*, *future orientations*], (23) *humor* [*playfulness*], dan (24) *spirituality* [*religiousness*, *faith*, *purpose*].

Tema-tema kebajikan yang diluncurkan oleh Peterson & Selingman (2004) nyaris identik dengan penciri kesabaran, baik dari sisi penerjemahan kata maupun hasil riset. Penelitian Subandi (2011, hlm. 225) tentang sabar dalam konsep psikologis yang diawali dengan penelitian sabar dari perspektif agama dan budaya menyimpulkan bahwa terdapat lima kategori yang tercakup dalam konsep sabar yaitu: *Pertama*, pengendalian diri: menahan emosi dan keinginan, berpikir panjang, memaafkan kesalahan, toleransi terhadap penundaan. *Kedua*, ketabahan, bertahan dalam situasi sulit dengan tidak mengeluh. *Ketiga*, kegigihan; ulet, bekerja keras untuk mencapai tujuan dan mencari pemecahan masalah. Keempat, menerima kenyataan pahit dengan ikhlas dan bersyukur. *Kelima*, sikap tenang, tidak terburu-buru.

Penelitian El Hafiz (2013, hlm. 22) menyimpulkan beberapa tema sebagai indikator kesabaran, antara lain: menahan emosi, pikiran, perkataan, dan perbuatan yang taat pada aturan untuk tujuan kebaikan dengan didukung oleh optimis, pantang menyerah, semangat mencari informasi/ilmu, memiliki semangat untuk membuka alternatif solusi, konsisten, dan tidak mudah mengeluh.

Charzynska et.al (2014, hlm. 15) menyebutkan dalam hasil penelitiannya tentang beberapa indikator *spiritual coping* yang identik dengan kekuatan karakter dan kebajikan, antar lain: *inner harmony*, *gratitude*, *self-forgiveness*, dan *forgiveness of other*. Adapun Wnuk et.al (2012, hlm. 61) menyebutkan dalam hasil penelitiannya tentang *Existential Variabels Mediate Between Religious-Spiritual Facets of Functionality and Psychological Wellbeing*, menyebutkan beberapa indikator yang identik dengan kekuatan karakter dan kebajikan, antara lain: *satisfaction of life, positive affect, hope, meaning of life*, dan *spiritual experiences*.

Stevenson (2006) dalam bukunya "*Young Person's Character Education Handbook*" bahkan menyebutkan secara tegas bahwa memasukkan sabar (*patient*) dalam 50 karakter yang seharusnya dikembangkan pada diri anak-anak muda. Stevenson (2006, hlm. 205) menjelaskan bahwa "*Whether appreciating nature, which has its own rhythms, or appreciating the human spirit, patience plays a*

part…Patience isn't easy, but it can be rewarding." Selanjutnya Stevenson (2006, hlm. 207) menyebutkan beberapa tema yang memiliki relasi dengan kesabaran (*patience*), antara lain: *enduring*, *tolerant*, *unhurried*, *persistent*, *serene*, dan *uncomplaining*. Tema-tema tersebut tentu semakin menguatkan konsep sabar sebagai karakter.

Sebagaimana dipahami bahwa karakter dapat ditransformasikan melalui proses pendidikan. Karakter dapat dikembangkan dalam bingkai normatif. Sebagai karakter, sabar juga dapat dikembangkan. Secara nativistik, Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31-34) mengakui bahwa potensi sabar bersifat *thabi-i* (*naturally*) yang telah diberikan Allah pada saat menyempurnakan penciptaannya. Tetapi, secara empiristik diakui pula bahwa kesabaran dapat diperoleh melalui pembelajaran lalu menjadi kebiasaan dan akan berwujud kepribadian.

Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 33) menjelaskan bahwa: "*Fa lā yazālul-'abdu yatakallafut-tashabbura hatta yushīrush-shabra lahu sajiyyatan* [maka seseorang yang membiasakan diri dan melatih diri untuk bersabar, maka kelak kesabaran itu akan menjadi karakter pribadinya]." Ibnu Qoyyim (Tt., hlm. 33) menambahkan bahwa upaya tranformasi (*intiqāl*) bentuk karakter tertentu pada diri manusia, bukan sesuatu yang mustahil. Tetapi disebabkan hal tertentu pula, seseorang bisa saja kembali pada tabiat semula.

Mengaitkan pokok-pokok konsep sabar sebagai karakter (akhlak), maka dapat dikatakan bahwa: (1) sabar merupakan sifat yang bersifat *thabi'i* (natural) dalam fitrah penciptaan manusia atau dengan kata lain sifat yang sudah ada (*exist in/be found in*) dalam jiwa manusia; (2) kesabaran merupakan sifat yang bisa diusahakan atau diupayakan sebagaimana sesuatu diciptakan dengan tabiatnya; dan (3) sabar memiliki dua dimensi, antara lain: pertama, dimensi "*nafsiyyan bāthinan*", yaitu ada dalam jiwa dan bersifat tidak nampak (*abdominal*); kedua, dimensi "*sulūkiyyan zhāhiriyyan*", yaitu nampak (*visible*) dalam perilaku (*behavior*).

Walaupun konsep sabar secara 'generik' sudah ditemukan, namun melalui padanan kata dan tema (*analogy*) saja tidak cukup. Sebab, dalam penerjemahan

tentang konseptual sabar, baik dalam perspektif etimologis maupun terminologis menjadi sangat penting untuk menemukan konsep yang lebih spesifik dan original. Berdasarkan dalam kajian semantik, dalam sebuah kata selalu bersinggungan dengan aspek-aspek struktur dan fungsi bahasa sehingga dapat dihubungkan dengan psikologi, filsafat, dan antropologi (Lehrer, 1975, hlm. 1).

Jika ditelaah berdasarkan makna-makna yang termuat dalam analogi sabar, maka secara sederhana dapat disimpulkan bahwa semua pihak akan sepakat dengan pengertian sabar sebagai karakter. Tetapi, karena sabar merupakan konsep Ilahiyah yang terdapat dalam Al-Quran, maka perlu dimuat penjelasan para pakar (*an expert*) tentang isi kandungan Al-Quran, lebih khusus tentang konsep sabar.

Urgensi penjelasan ini dianggap penting karena diyakini bahwa Al-Quran telah berbicara tentang perilaku manusia sebelum ditemukannya teori-teori tentang perilaku manusia. Selain itu, Al-Quran juga diyakini sebagai pedoman yang menuntun pada jalan kebahagiaan. Oleh sebab itu, pendalaman terhadap makna sabar secara original dan otentik diasumsikan akan memberikan perbedaan-perbedaan mendasar di antara makna-makna generik yang sudah ada.

1. Definisi Sabar

Secara etimologis, kata sabar merupakan *mashdar* (*infinitive*) dari *shabara-yashbiru-shabran*. Kata *shabran* atau *ash-shabru* bermakna *al-habsu*, artinya mengurung atau memenjarakan (Al-Muhith, 2005, hlm. 380; Lisanul Arab, 4/438). Selain makna *al-habsu*, kata *ash-shabru* juga dapat bermakna *al-imsāku*, artinya menahan (Al-Ashfahani, tt, hlm. 281). Menurut Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 17-18), sebagian ahli bahasa mengatakan bahwa sabar diambil dari kata *ash-shabir*, yaitu obat yang dikenal amat pahit dan tidak disukai orang. Sebagian ahli bahasa yang lain mengatakan bahwa dalam kata sabar terkandung makna *al-jam'u wal-dhommu*, yaitu menghimpun dan menyatukan. Sebab, orang yang bersabar menghimpun kekuatan jiwa untuk melawan keluh kesah dan ratapan.

Selanjutnya, kata sabar, jika dibaca dengan men-*dhammah*-kan huruf "*Shād*" dan "*Bā*" maka akan berbunyi *ash-shubur*. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 17-18) menjelaskan bahwa maknanya menjadi "*al-Ardhu dzatul-hasbā-u li syiddatihā wa shilābihā*", yaitu tanah berpasir yang sangat pekat. Dengan kata lain, tanah yang subur. Kata subur juga telah diserap dalam bahasa Indonesia dengan arti tanah yang mengandung zat yang baik untuk tumbuh-tumbuhan. Orang yang mampu bersabar adalah orang yang memiliki wahana dalam jiwanya untuk tumbuh dan berkembangnya segala macam sifat dan perilaku bajik yang akan membuahkan kebaikan dan kemuliaan.

Dengan memperhatikan rumusan-rumusan etimologis sabar dalam bahasa Arab dapat disimpulkan bahwa dalam kata sabar terkandung beberapa makna, yaitu: (1) mengurung, memenjarakan, dan menahan gejolak jiwa; (2) menahan pahitnya penderitaan; (3) menghimpun kekuatan jiwa untuk melawan keluh kesah dan ratapan; dan (4) wahana jiwa untuk menumbuhkembangkan segala macam sifat dan perilaku bajik yang akan membuahkan kebaikan dan kemuliaan.

Secara terminologis, Ibnul Qoyyim Al-Jauziyyah (Tt., hlm. 691-751), salah seorang ulama yang dikenal kepakarannya dalam bidang pendidikan dan psikologi Islam selalu melandaskan berbagai konsep tentang perilaku manusia kepada Al-Quran dan tafsir otentiknya, yaitu Hadits yang sahih. Dalam pandangan Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 15), sabar didefinisikan sebagai berikut:

> "*Habsun-nafsi 'anil-jaza'i, wal-lisāni 'anit-tasyakkī wat-tasahhuthi, wal-jawārihi 'an lathmil-khudūdi wa syaqqil-juyūbi wa nahwihā* [menahan jiwa untuk tidak berkeluh kesah, menahan lisan untuk tidak meratap, dan menahan anggota badan untuk tidak menampar pipi, merobek baju, dan lain sebagainya]."

Selanjutnya, Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 19) menjelaskan bahwa sabar pada hakikatnya adalah akhlak yang mulia. Dijelaskan bahwa sabar adalah:

> "*Khuluqul-fādhil min akhlāqin-nafsi, tamtani'u bihi min fi'li mā lā yuhsinu, wa huwā quwwatun minquwan-nafsi allatī bihā shalāhu sya-nihā wa qawāmu amrihā* [akhlak mulia dari perilaku jiwa yang dapat menahan diri dari perbuatan yang tidak baik, kekuatan jiwa yang dapat mendatangkan kesalehan bagi dirinya dan kelurusan perbuatannya].

Berdasarkan penjelasan Ibnul Qoyyim, hakikat sabar diposisikan secara lebih tegas dengan memperluas pengertian kata "*khuluq*" dan "*akhlāq*". Istilah akhlak sering diterjemahkan dengan karakter, moralitas, dan etika. Baalbaki (2001, hlm. 521) menerjemahkan kata "*khuluq*", "*khulqy*", dan "*akhlāqy*" dengan kata *character*, *morality*, dan *ethical*. Secara bahasa, akhlak dianggap memiliki esensi yang sama dengan karakter, moralitas dan etika tetapi kata "*khuluq*" dan "*akhlāq*" memiliki esensi yang sama dengan karakter, moralitas, dan etika. Namun, secara filosofis terdapat perbedaan yang fundamental antara kata "*khuluq*" dan "*akhlāq*" dengan karakter, moralitas, dan etika, yaitu bahwa kata "*khuluq*" dan "*akhlāq*" berakar dari kata "*khalaqa*" yang berarti *creation in nature*, yaitu penciptaan secara alamiah oleh Allah (Tuhan). Jadi, standar baik dan buruknya suatu karakter, atau benar dan salahnya suatu moral dan etika adalah menurut sudut pandang Allah yang menciptakan manusia, bukan menurut paradigma manusia yang diciptakan.

Penegasan ini sangat penting untuk disertakan dalam memahami pengertian sabar. Sebab, pengertian sabar dalam paradigma manusia dan paradigma Allah SWT (Tuhan) akan terdapat perbedaan. Sebagai yang diciptakan (makhluk), manusia tentu memiliki keterbatasan untuk memandang atau berteori tentang dirinya sendiri. Sedangkan sebagai Pencipta, Allah tentu memiliki pengetahuan yang tidak terbatas mengenai ciptakaan-Nya.

Selanjutnya, merujuk pada konsep sabar sebagai akhlak mulia sebagaimana disebutkan oleh Ibnul Qoyyim, maka sabar pun memiliki dimensi dalam pengertian akhlak mulia. As-Sa'di (Mutawalli, 2005, hlm. 216-217) menjelaskan bahwa akhlak yang mulia (baik) adalah perkataan yang baik, yaitu perkataan yang dapat mengajak kepada kebaikan, amal sholeh, dan ketaatan; perkataan yang mengajarkan ilmu dan memberikan peringatan, mengucapkan salam, wajah berseri, dan lemah lembut; perkataan yang dapat mencegah kemunkaran dan perbuatan maksiat; serta perkataan yang tidak disertai amarah, mencak-mencak, keluh kesah, dan putus asa.

Ali bin Abi Thalib (Mutawalli, 2005, hlm. 216) mengatakan bahwa akhlak yang baik terdiri dari tiga bentuk perilaku, yaitu: (1) menjauhi segala keharaman; (2) mencari yang halal; dan (3) luas kasih sayang kepada keluarga. Hasan Al-Bashri (Mutawalli, 2005, hlm. 216) mengatakan bahwa akhlak mulia adalah berusaha menghormati orang lain, memberikan kesesuaian, dan memberi keluasan. Abdullah bin Mubarak (Mutawalli, 2005, hlm. 216) mengatakan bahwa akhlak mulia adalah menunjukkan wajah berseri-seri, berusaha menebarkan kebaikan, dan mencegah keburukan.

Dalam rangka menguatkan konsep sabar dalam kerangka akhlak mulia, Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 20) mengutip pandangan Abu Utsman, bahwa orang yang sabar adalah:

> "*Alladzi 'awwada nafsahu al-hujuma 'alal-makaarihi.Ash-shabru: Al-maqāmu ma'al-balā-i bihusnish-shahbati kal-maqāmi ma'al-'āfiyati* [orang yang sabar adalah orang yang membiasakan diri menghadapi segala hal yang tidak diingingkan. Sabar adalah menempatkan diri dalam posisi sikap yang baik saat ditimpa bencana, sebagaimana sikap yang baik dalam keselamatan].

Berdasarkan perkataan Abu Utsman tersebut, Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 20) memberikan penjelasan bahwa seorang hamba mempunyai kewajiban beribadah kepada Allah SWT dalam keadaan suka maupun duka. Dalam keadaan suka, ia wajib bersyukur. Lalu, dalam keadaan duka, ia wajib bersabar.

Selanjutnya, untuk mengokohkan konsep sabar sebagai akhlak mulia yang bersumber konsep Ilahiyah, Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 20-21) mengutip pandangan Amru bin Utsman Al-Makki, bahwa:

> "*Ash-shabru huwaats-tsibāt ma'allāh wa tulqī balā-ahu bir-rahbi wad-da'ati* [sabar merupakan keteguhan jiwa bersama Allah dan menerima cobaan-Nya dengan lapang hati (lapang dada, tidak merasa sempit, tidak menggurutu, dan tidak mengeluh)]."

Ibnul-Qoyyim (Tt., hlm. 21) menyimpulkan bahwa sabar adalah "*Al-isti'ānah billāh* [memohon pertolongan Allah]." Jadi, ciri orang sabar adalah senantiasa memohon pertolongan Allah.

Senada dengan penjelasan Ibnul Qoyyim tentang definisi sabar, Al-Utsaimin (1423, hlm. 84) menjelaskan rumusan yang lebih ringkas tentang pengertian sabar, yaitu:

> "*Habsun-nafsi 'ala tsalātsi 'umūrin: al-awwal: thā'atillāh; ats-tsānī: 'an mahārimillāh; ats-tsālits: 'alā aqdārillāh al-muallafah* [menahan jiwa atas tiga hal, yaitu: pertama, dalam ketaatan kepada Allah; kedua, dari terjerumus dalam apa yang diharamkan Allah; dan ketiga, untuk menerima ketentuan (takdir) Allah yang tidak menyenangkan].

Menurut Al-Utsaimin (1423, hlm. 84), seseorang dituntut untuk sabar dalam menjalankan ketaatan karena taat itu menyulitkan bagi jiwa manusia, memberatkan bagi jasab karena dapat melelahkan dan meletihkan, dan membebani pada harta. Selain itu, seseorang juga dituntut untuk sabar dalam menjauhi keharaman/larangan Allah dengan menahan gejolak jiwa karena jiwa selalu memerintahkan dan mengajak kepada keburukan. Demikian pula terhadap takdir Allah, manusia dituntut untuk sabar karena takdir itu ada yang sesuai dengan keinginan manusia ada juga yang sebaliknya, yaitu takdir yang tidak menyenangkan.

Sedangkan Al-Hilaly (1422, hlm. 78) memberikan perluasan pengertian sabar sebagai berikut:

> "*Habsun-nafsi 'ala thā'atillāh bil-muhāfazhati 'alaihā dawāman, wa ri'āyatihā ikhlāshan, wa tahsīnuhā 'ilman, wa kaffun-nafsi 'anil ma'āshī, wa tsibātihā fī muqābalatisya-syahāwāti wa muqāwamatil-hawā, war-ridhā bi qadhāil-lāhi wa qadarihi dūna syakwā fīhi wa lā ma'ahu* [menahan jiwa untuk menjaga ketaatan kepada Allah selamanya, memelihara keikhlasan, memperbaiki/ memperbagus ilmu, menahan jiwa dari melakukan dosa (maksiat), teguh pendirian ketika menghadapi godaan syahwat dan dorongan hawa nafsu, dan rida terhadap keputusan dan takdir Allah tanpa keluh kesah].

Berdasarkan pengertian-pengertian yang telah dijelaskan oleh para ulama, maka didapatkan pembeda yang sangat jelas bahwa sabar bukan sekadar konsep yang bersifat *humanistic-anthroposentrism* yang berpusat pada kemampuan manusia belaka. Sabar merupakan konsep yang bersifat *spiritual-theosentrism* yang dinisbatkan kepada *The Great Power*, yaitu Allah, Tuhan Yang Menciptakan manusia (*mankind*) dan alam dengan seluruh isinya (*all exist*). Sabar merupakan

perilaku spiritual seseorang dengan Allah SWT. Kualitas sabar tidak hanya ada pada kekuatan dalam menghadapi segala akibat buruk dan tidak menyenangkan dalam interaksi manusia dengan manusia lainnya, tetapi kualitas sabar ada pada keterhubungan (*connection*) seseorang dengan Allah SWT dalam konteks keimanan dan keyakinan.

Keyakinan kepada kebenaran tentang adanya Allah SWT sebagai *The Great and Supreme Power* yang menciptakan, memelihara alam semesta dengan segala isinya, dan satu-satunya Dzat yang berhak disembah dan diagungkan adalah inti dari pendidikan karakter. Aspek keyakinan ini sangat penting karena dalam konteks Islam, sabar merupakan manifestasi dari kebenaran tentang adanya pertolongan dan kemudahan dari Allah SWT tatkala individu untuk berpihak pada akal sehat dan keimanan ketika mengalami pergulatan dengan hawa nafsu yang ditunggangi oleh kekuatan syetan.

2. Derivasi Sabar dalam Al-Quran

Berdasarkan penelusuran melalui Mu'jam Mufahrasy li Alfaazhil-Quran ditemukan bahwa derivasi kata sabar dalam Al-Quran terdapat dalam lima bentuk kata. Bentuk pertama adalah *Tsulātsi Mujarrad* dengan wazan *fa-'a-la*. Terdiri dari tiga kata asal yang belum mendapat tambahan, yaitu kata *sha-ba-ra*. Masdar dari wazan ini adalah *shabran*. Penggunaan kata yang berakar pada wazan ini terdapat dalam sembilan puluh tiga ayat dalam Al-Quran. Jumlah derivasi kata dari wazan ini paling banyak digunakan dalam Al-Quran dengan yang lainnya.

Ayat-ayat yang memuat derivasi kata sabar dalam wazan *sha-ba-ra*, antara lain: QS. Asy-Syura [42]: 43; QS. Al-Ahqaf [46]: 35, 35; QS. Ar-Ra'd [13]: 22, 24; QS. An-Nahl [16]: 42, 96, 110, 126, 126, 127, 127; QS. Ibrahim [14]: 12, 21; QS. Al-Furqan [25]: 20, 42, 75; QS. Al-A'raf [7]: 87, 126, 128, 137; QS. Al-Mu'minun [23]: 111; QS. Al-Qasas [28]: 54, 80; QS. Al-Insan [76]: 12; QS. QS. Hud [11]: 11, 49, 115; QS. Al-Ankabut [29]: 59; QS. Fushshilat [41]: 24, 35; QS. As-Sajdah [32]: 24; QS. Al-Hujurat [49]: 5; QS. Al-An'am [6]: 34; QS. Al-Kahf [18]: 28, 67, 68,

69, 72, 75, 78, 82; QS. Ali Imran [3]: 17, 120, 125, 142, 146, 186, 200; QS. An-Nisa [4]: 25; QS. Ath-Thur [52]: 16, 16, 48.

Selanjutnya, QS. Al-Baqarah [2]: 45, 61, 153, 153, 155, 177, 249, 250; QS. Yusuf [12]: 18, 83, 90; QS. Yunus [10]: 109; QS. Luqman [31]: 17; QS. Shad [38]: 6, 17, 44; QS. Al-Muzzammil [73]: 10; QS. Thaha [20]: 130, QS. Qaf [50]: 39, QS. Ar-Rum [30]: 60, QS. Ghafir [40]: 55, 77; QS. Al-Qalam [68]: 48; QS. Al-Insan [76]: 24; QS. Al-Ma'arij [70]: 5, 5; QS. Al-Muddatstsir [74]: 7; QS. Al-Anfal [8]: 46, 46, 65, 66, 66; QS. Al-Balad [90]: 17; QS. Al-'Ashr [103]: 3; QS. Az-Zumar [39]: 10; QS. Al-Hajj [22]: 35; QS. Ahzab [33]: 35, 35; QS. Muhammad [47]: 31; QS. Al-Anbiya [21]: 85; QS. Ash-Shaffat [37]: 102; QS.

Bentuk kedua adalah *Tsulātsi Mazīd Fīh* dengan wazan *fā-'a-la*. Terdiri dari tiga kata asal yang mendapatkan tambahan satu huruf, yaitu "Alif" yang diletakkan antara "Fa Fi'il" dengan "Ain F'il". Melalui tambahan tersebut, bunyi kata *sha-ba-ra* berubah mengikuti wazannya menjadi *shā-ba-ra,* dibaca dengan memanjangkan bunyi *sha* menjadi *shā*. Masdar dari wazan ini adalah *mushābarah*. Ayat yang memuat derivasi kata sabar dalam wazan *shā-ba-ra* terdapat dalam satu ayat saja, yaitu QS. Ali Imran [3]: 200.

Bentuk ketiga adalah *Tsulātsi Mazīd Fīh* dengan wazan *a-f-'a-la*. Terdiri dari tiga kata asal yang sudah mendapatkan tambahan satu huruf, yaitu "Alif" yang diletakkan di awal kata. Melalui tambahan tersebut, bunyi kata *sha-ba-ra* berubah mengikuti wazannya menjadi *a-sh-ba-ra*. Masdar dari wazan ini adalah *ishbāran*. Ayat yang memuat derivasi kata sabar dalam wazan *a-sh-ba-ra* terdapat dalam satu ayat saja, yaitu QS. Al-Baqarah [2]: 175.

Bentuk keempat adalah *Tsulātsi Mazīd Fīh* dengan wazan *if-ta-a-la.* Terdiri dari tiga kata asal yang sudah mendapatkan tambahan huruf "Alif" di awal kata dan "Tha" yang diletakkan di antara "Fa Fi'il" dengan "Ain F'il". Melalui tambahan tersebut, bunyi kata *sha-ba-ra* berubah mengikuti wazan menjadi *ish-tha-ba*-ra. Masdar dari wazan ini adalah *ishthabāratan*. Ayat-ayat yang memuat derivasi kata

sabar dalam wazan *ish-tha-ba-ra* terdapat dalam tiga ayat, yaitu dalam QS. Maryam [19]: 65, QS. Thaha [20]: 132, dan Al-Qamar [54]: 27.

Bentuk kelima adalah *ismul-fā'il* (kata benda yang menunjukkan pelaku suatu pekerjaan) dari kata *sha-ba-ra*, yaitu *shābirun* yang berarti penyabar diungkapkan dalam wazan *mubālaghah*, yang bermakna paling sabar atau sangat penyabar. Ayat-ayat yang memuat derivasi kata sabar dalam wazan *mubālaghah* terdapat dalam empat ayat, yaitu QS. Ibrahim [14]: 5, QS. Lukman [31]: 31, QS. Saba [34]: 19, QS. Asy-Syura [42]: 33.

Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31) menjelaskan bahwa perbedaan penggunaan istilah-istilah sabar tersebut menunjukkan keadaan seseorang terhadap dirinya sendiri dan terhadap orang lain dalam hal kesabarannya. Dengan kata lain, bahwa kualitas atau tingkatan kesabaran seseorang akan tergambar dari penjelasan makna-makna yang terdapat dalam derivasi atau ragam bentuk dan penggunaan kata sabar yang terdapat dalam Al-Quran.

3. Status dan Tingkatan Sabar

a. Berdasarkan Istilah yang Digunakan

Walaupun dalam Al-Quran disebutkan derivasi kata sabar dalam lima wazan, tetapi Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31) menyimpulkan bahwa intinya hanya empat wazan yang memiliki perbedaan dan aksentuasi makna. Keempat makna yang berbeda aksentuasinya tersebut terdapat dalam kata: (1) *ash-shabru*, (2) *at-tashabbur*, (3) *al-ishthibār*, dan (4) *al-mushābarah*. Keempat istilah akan memberikan gambaran mengenai status yang di dalamnya terkandung tingkatan atau derajat kesabaran seseorang.

Status sabar pertama terdapat dalam kata *ash-shabru*. Berdasarkan kaidah ilmu *sharaf*, kata *Ash-shabru* merupakan *mashdar* (kata benda asal) dari kata kerja (fi'il) *sha-ba-ra* yang merupakan kata yang berada dalam *binā sālim*/*shālih* (bentuk atau bangunan kata yang setidak dimasuki tambahan huruf *ilat, hamzah,* dan

syaddah). Bentuk kata ini berada dalam wazan *fa-'a-la*, yang merupakan bagian dari Bab *Fi'il Tsulātsi Mujarrad*.

Kata-kata kerja yang termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mujarrad* umumnya tidak memiliki faedah (*benefit*/*utility*) kecuali termasuk (*fi'il lāzim*), yaitu kata kerja yang tidak membutuhkan objek (*maf'ul*). Menurut Abdul Hamid (1995, hlm. 62) menjelaskan bahwa kata kerja yang *ain fi'il* berharokat *fathah* merupakan bangunan kata yang paling ringan. Kata kerja seperti ini biasanya mengadung sifat-sifat dan gejala-gejala (indikasi-indikasi) yang sudah menjadi kebiasaan atau terjadi pada umumnya.

Berdasarkan penjelasan asal-usul kata *ash-shabru*, dapat disimpulkan bahwa status kesabaran dalam kata ini mengandung derajat atau tingkatan sabar yang biasa. Ciri utama sabar dalam status ini adalah terjadinya pergulatan dengan hawa nafsu dari dalam dirinya sendiri. Pada umumnya semua orang dapat bersabar dalam derajat atau tingkatan ini. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31) menjelaskan bahwa kata *shabran* mengandung makna sabar yang berkaitan dirinya sendiri. Selanjutnya Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31) menjelaskan "*Fain habasa nafsahu wa mana'ahā 'an ijābati dā'ī mā lā yuhsinu; in kāna khuluqan wa malakan summiya shabran* [Apabila seseorang mampu menahan hawa nafsu diri sendiri yang mengajak pada perbuatan yang tidak baik; jika itu telah menjadi akhlaq dan jati diri maka itu dinamakan sabar]".

Menguatkan pandangan Ibnul Qoyyim tentang makna yang terkandung dalam makna kata dalam status *ash-shabru* adalah berkaitan dengan dirinya sendiri, As-Sadi (Tt., hlm. 162) menjelaskan bahwa:

> *Habsun nafsi 'alā ma yukrihuhu, min tarkil-ma'āshī, wa minash-shabri 'ala-mashāib, wa 'alal-awāmirits-tsaqīlati 'alan-nafsi* [Menahan jiwa terhadap yang tidak sukainya; sabar dalam meninggalkan yang dilarang; sabar terhadap musibah-musibah; sabar dalam menjalankan perintah yang terasa berat bagi dirinya].

Status sabar kedua terdapat dalam kata *At-Tashabbur*. Berdasarkan kaidah ilmu *sharaf*, kata *At-Tashabbur* merupakan *mashdar* (kata benda asal) dari kata

kerja (fi'il) *Ta-sha-b-ba-ra*. Kata ini termasuk dalam *binā mudhā'af* (bentuk atau bangunan kata yang dimasuki huruf *zāidah* (tambahan) huruf "*Ta*" di awal dan *Syaddah* pada huruf "*Ba*". Kata ini termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mazīd Fīh* dengan wazan *ta-fa-'a-'a-la*.

Kata-kata kerja yang termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mazīd Fīh* umumnya membutuhkan objek (*maf'ul*). Dengan kata lain bentuk kata ini melibatkan pihak ketiga. Menurut Abdul Hamid (1995, hlm. 78-79) dan Zakaria 1421, hlm. 21-23), faedah (*benefit*/*utility*) yang terkandung dalam bentuk kata *At-Tashabbur* adalah *Al-Muthāwa'ah*, *At-Takalluf*, *Al-Ittikhādzul-Fāil Ashlal-Fi'li Maf'ūlan*, *Ad-Dilālati 'ala Mujānabatil-Fi'li*, *Ath-Thala.* Zakaria (1421, hlm. 22) menambahkan satu faedah, yaitu *Ash-Shairurah*, artinya menjadi.

Penjelasan mengenai maksud dari faedah-faedah (*benefit/utility*) tersebut adalah sebagai berikut:

1). *Al-Muthāwa'ah*, secara bahasa artinya keliatan, kekenyalan, keplastisan. Maksudnya, peristiwa terjadi karena pekerjaan kata kerja yang memerlukan objek. Dengan kata lain, pekerjaan tersebut menghasilkan impresi, pengaruh atau efek sesuatu terhadap objek.

2). *At-Takalluf*, secara bahasa artinya membebani diri, berpura-pura (*affectation*), sesuatu yang rumit atau berat tetapi hebat atau canggih (*sophistication*). Maksudnya, memaksakan diri untuk menghasilkan sifat objek walaupun berat atau harus berpura-pura melakukannya. Dengan kata lain, berdaya upaya untuk menghasilkan sesuatu.

3). *Al-Ittikhādzul-Fāil Ashlal-Fi'li Maf'ūlan,* secara bahasa artinya menjadikan asal bentuk subjek menjadi objek. Maksudnya, terjadi rekombinasi antara subjek dengan objek.

4). *Ad-Dilālati 'ala Mujānabatil-Fi'li*, secara bahasa artinya menunjukkan keengganan melakukan pekerjaan (*avoidance*). Maksudnya, meninggalkan suatu pekerjaan.

5). *Ad-Dalālatu anna fa'alal-fi'la Qad Hadatsa Marratan ba'da Marratin*, secara bahasa artinya pekerjaan itu terjadi satu demi satu. Maksudnya, pekerjaan itu dilakukan sedikit demi sedikit, setahap demi setahap, meningkat secara bertahap dan refetitif.

6). *Ath-Thalab*, secara bahasa artinya meminta (*demand*). Maksudnya, meminta akan menjadi seperti yang dituntut oleh kata kerja.

Berdasarkan penjelasan asal-usul kata *At-Tashabbur*, dapat disimpulkan bahwa status kesabaran dalam kata ini mengandung derajat atau tingkatan sabar yang berusaha melatih diri atau memaksa diri untuk dapat bersabar walaupun harus menahan rasa pahit. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31) menjelaskan "*Wain kana bitakallufin wa tamarrunin wa tajarru'in limuraratihi summiya at-tashabbur*. [Apabila kesabaran itu dilakukan dengan berat hati dan dijadikan sebagai ajang melatih diri agar bisa bersabar, atau bersabar dengan menahan rasa pahit maka keadaan ini disebut *tashabbur*]".

Makna-makna yang terdapat dalam status sabar dalam kata *Tashabbur* antara lain: (1) kesabaran ditimbulkan oleh pihak di luar dirinya; (2) kesabaran dituntut karena pekerjaan yang harus dilakukan atau ditinggalkan begitu berat; (3) kesabaran akan berkembang dengan memaksakan diri untuk bersabar; dan (4) kesabaran akan berkembang sedikit demi sedikit ketika pekerjaan dilakukan secara refetitif.

Status sabar ketiga terdapat dalam kata *Al-Ishthibār*. Berdasarkan kaidah ilmu *sharaf*, kata *Al-Ishthibār* merupakan *mashdar* (kata benda asal) dari kata kerja (fi'il) *ish-tha-ba-ra*. Kata ini termasuk *Fi'il Muta'addi* (kata kerja yang memerlukan objek) dalam *binā mudhā'af* (bentuk atau bangunan kata yang dimasuki dua huruf tambahan yaitu "Hamzah Washal" dan "Tha"). Kata ini termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mazīd Fīh Harfāni* dengan wazan *if-ta-'a-la*.

Kata-kata kerja yang termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mazīd Fīh* juga membutuhkan objek (*maf'ul*). Dengan kata lain bentuk kata ini memerlukan pihak ketiga. Menurut Abdul Hamid (1995, hlm. 77) dan Zakaria (1421, hlm. 15)

menyebutkan bahwa dalam bentuk kata kita terdapat lima makna, yaitu: (1) *Al-Muthāwa'ah*; (2) *Ittikhadzu Faa'ilihi maa Tadullu 'Alaihi Ushulul-Fi'li*; (3) *At-Tasyaruk;* (4) *At-Tasharruf bi-Ijtihādin, wa Mubālaghatin, wa Ta'ammulin*; dan (5) *Ad-Dalālati 'alal-Ikhtiyar*. Selain lima faedah tersebut, Zakaria (1421, hlm. 15) menambahkan satu faedah, yaitu*Ath-Thalab*.

Penjelasan mengenai maksud dari faedah-faedah (*benefit/utility*) tersebut adalah sebagai berikut:

1). *Al-Muthāwa'ah*, secara bahasa artinya keliatan, kekenyalan, keplastisan. Maksudnya, peristiwa terjadi karena pekerjaan kata kerja yang memerlukan objek. Dengan kata lain, pekerjaan tersebut menghasilkan impresi, pengaruh atau efek sesuatu terhadap objek.

2). *Ittikhadzu Fā'ilihi mā Tadullu 'Alaihi Ushūlul-Fi'li,* secara bahasa artinya menjadikan pelakunya terhadap apa yang ditunjukkan oleh asal pekerjaan. Maksudnya, menjadikan pekerjaan dari kata bendanya.

3). *At-Tasyāruk,* secara bahasa artinya bersekutu. Maksudnya, melibatkan dua pihak yang saling berinteraksi.

4). *At-Tasharruf bi-Ijtihādin, wa Mubālaghatin, wa Ta'ammulin*, secara bahasa artinya perubahan yang disertai kesungguhan dan kerja yang berlebihan. Maksdunya, pekerjaan yang dilakukan dengan pengerahan segala kesungguhan secara ekstra sehingga perubahannya sangat terasa.

5). *Ad-Dalālati 'alal-Ikhtiyār*, secara bahasa berarti pekerjaan yang mengandung makna pilihan.

Berdasarkan penjelasan asal-usul kata *at-tashabbur*, dapat disimpulkan bahwa status kesabaran dalam kata ini mengandung derajat atau tingkatan sabar yang lebih kuat setelah berusaha melatih diri atau memaksa diri untuk dapat bersabar. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 31) menjelaskan bahwa:

> *Amma al-isthibār fahuwa ablagha minat-tashabbur; fainnahu ifti'ālun lish-shabri bi manzilati al-iktisāb, fat-tashabbur mabdaul-isthibār, kamā annat-takassub muqaddimatul-iktisāb, falā yazālut-tashabbur yatakarraru hatta yushīru isthibāran.* [Adapun *Isthibār* lebih memiliki makna yang lebih daripada *Tashabbur*. Sebab, pola Ifti'āl mengandung makna berusaha.

> Kedudukan *Tashabbur* adalah permulaan bagi *Isthibār* sebagaimana mencari peluang pekerjan menjadi permulaan bagi bekerja. Selama proses *Tashabbur* terus berlangsung (tahan) hingga seseorang akan menjadi penyabar].

Makna-makna yang terdapat dalam status sabar dalam kata *Tashabbur* antara lain: (1) kesabaran ditimbulkan oleh pihak di luar dirinya; (2) kesabaran dituntut karena pekerjaan yang harus dilakukan atau ditinggalkan begitu berat; (3) kesabaran akan berkembang dengan memaksakan diri untuk bersabar; dan (4) kesabaran akan berkembang sedikit demi sedikit ketika pekerjaan dilakukan secara refetitif; (5) kesabaran menuntut pekerjaan dilakukan secara tuntas; (5) kesabaran akan berkembang seiring dengan mengajak orang lain untuk sabar (tranformasi kesabaran).

Status sabar keempat terdapat dalam kata *Al-Mushābarah*. Berdasarkan kaidah ilmu *sharaf*, kata *Al-Mushābarah* merupakan *mashdar* (kata benda asal) dari kata kerja (fi'il) *shā-ba-ra*. Kata ini termasuk *Fi'il Muta'addi* (kata kerja yang memerlukan objek) dalam *binā mudhā'af* (bentuk atau bangunan kata yang dimasuki huruf ilat, yaitu alif). Kata ini termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mazīd Fīh* dengan wazan *fā-'a-la*.

Kata-kata kerja yang termasuk dalam Bab *Fi'il Tsulātsi Mazīd Fīh* umumnya membutuhkan objek (*maf'ul*). Dengan kata lain bentuk kata ini melibatkan pihak ketiga. Menurut Abdul Hamid (1995, hlm. 73) menyebutkan bahwa dalam bentuk kata kita terdapat tiga makna, yaitu: (1) *Al-Mufā'alah*; (2) *At-Taktsīr*; dan (3) *Al-Muwālāh*. Selain tiga faedah tersebut, Zakaria (1421: 15) menambahkan beberapa faedah, yaitu: (1) *Al-Musyārakah*; (2) *Ma'na Fi'lul-Mujarrad*; dan (3) *Ma'na Fi'lu Af'Ala* Lit-*Ta'diyah*.

Penjelasan mengenai maksud dari faedah-faedah (*benefit/utility*) tersebut adalah sebagai berikut:

1). *Al-Mufā'alah,* secara bahasa berarti keberlangsungan suatu pekerjaan (proses). Maksudnya, pekerjaan yang menisbatkan kejadian suatu pekerjaan subjek kepada objeknya secara langsung. Faedah ini semakna dengan makna *Al-*

Musyārakah karena melibatkan dua pihak yang saling berinteraksi. Faedah ini juga mengandung makna *Lit-Ta'diyah* karena kata kerja yang asalnya tidak membutuhkan objek menjadi membutuhkan objek karena saling berinteraksi.

2). *At-Taktsīr*, secara bahasa bahasa berarti memperbanyak (*multiplication*). Maksudnya, wazan ini digunakan untuk melipatgandakan menjadi lebih banyak.

3). *Al-Muwālāh*, secara bahasa artinya loyal. Maksudnya, karena loyal maka pekerjaan tersebut dilakukan berulang-ulang.

Berdasarkan penjelasan asal-usul kata *Al-Mushābarah*, dapat disimpulkan bahwa status kesabaran dalam kata ini mengandung derajat atau tingkatan sabar yang mempertaruhkan kesabaran dengan mengalahkan rintangan dari luar dirinya. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 14) menjelaskan bahwa selain pergulatan sabar dalam dirinya sendiri, maka *Al-Mushābarah* mengandung makna bahwa: "*Haluhu at-tashabbur ma'a khasmihi* [usaha untuk bersabar disertai pergulatan terhadap rintangan dari luar dirinya].

Menguatkan pandangan Ibnul Qoyyim tentang makna yang terkandung dalam makna kata dalam status *Al-Mushābarah* adalah berkaitan dengan kesabaran yang tidak hanya berkaitan dengan dirinya sendiri tetapi mempertaruhkannya dengan mengalahkan rintangan dari luar dirinya dengan dirinya sendiri, As-Sadi (Tt., hlm. 162) menjelaskan bahwa "*Wal-mushābarah ay al-mulāzimah wal-istimrār 'ala dzālik, 'alad-dawām wal-muqāwamatil-a'dāi fii jamī'il-ahwāl* [*Mushābarah* adalah keadaan yang senantiasa ada, berkelanjutan atas hal tersebut, terus menerus dalam melakukan perlawanan terhadap musuh dalam segala keadaan]".

Makna-makna yang terdapat dalam status sabar dalam kata *Mushābarah* adalah semua makna dalam status sabar sebelumnya, yaitu yang terkandung dalam kata *Shabr, Tashabbur, dan Ishthabār* sudah tumbuh berkembang sehingga mendarah daging dalam jiwa dan raga pelakunya. Dengan kata lain, kesabaran telah menjadi karakter yang *inherent* dan *immanence* (senantiasa ada) dalam diri

individu. Kapanpun dan di manapun, seseorang yang berada dalam status ini akan mampu bersabar menghadapi situasi yang menuntutnya untuk bersabar.

b. Berdasarkan Dimensi Kehidupan

Secara fitrah, manusia hidup dalam dua dimensi yang datang silih berganti. Dua dimensi itu adalah keadaan yang sesuai dengan keinginannya dan yang sebaliknya. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 114) menjelaskan bahwa:

> "*Wa kullu ma yalqal-'abdu fii hadzihid-daar laa yakhlu min nau'ani, ahaduhuma yuwaafiqu hawaahu wa muraadahu wal-akharu yukhalifuhu*. [Setiap yang ditemui hamba (manusia) dalam kampungnya ini (kehidupan dunia) tidak lepas dari dua hal. Pertama, yang sesuai dengan hasrat dan keinginannya. Kedua, yang sebaliknya]."

Keadaan pertama adalah kondisi yang sesuai dengan fitrah hasrat atau keinginannya adalah kesehatan, keselamatan, kesuksesan, banyak harta, dan berbagai kenikmatan dan kelezatan hidup. Secara zahir, keadaan pertama tidak membutuhkan kesabaran untuk menghadapi. Tetapi, kondisi kesenangan dan kebahagiaan juga membutuhkan kesabaran dalam menikmatinya.

Menurut Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 114), kondisi pertama ini membutuhkan kesabaran disebabkan beberapa hal, antara lain: (a) jika berlebihan dalam kesenangan manusia bisa besar kepala, sombong yang tidak sukai Allah; (b) jika berlebihan dalam kesenangan maka manusia bisa terjerembab dalam keharaman; (c) jika manusia lalai pada saat senang boleh jadi Allah akan mengambil kembali kesenangan tersebut; dan (d) jika tidak waspada dalam manusia dapat terjerumus kepada keadaan yang dimakruhkan oleh Allah. Imam Ghazali (Tt., hlm. 59) mengatakan bahwa orang beriman bisa tahan dalam kesusahan tetapi dalam keadaan '*āfiyah* (sehat, bahagia, sejahtera) belum tentu, kecuali *shiddiqun*."

Keadaan kedua adalah kondisi yang tidak sesuai dengan *al-hawā* atau hasrat (*passion*). Dengan kata lain, manusia akan merasakan suasana yang tidak menyenangkan bagi dirinya ketika berada dalam kondisi-kondisi tersebut. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 117) menjelaskan bahwa hal yang biasanya bertentangan dengan

hasrat manusia tidak pernah lepas dari upayanya untuk: (a) menjalankan ketaatan; (b) meninggalkan kemaksiatan (segala yang dilarang); dan (c) menghadapi musibah (ketentuan takdir buruk). Jika sudah masuk dalam kondisi-kondisi tersebut, biasanya manusia ingin melepaskan diri darinya.

Manusia dituntut sabar dalam menjalankan ketaatan karena tabiat manusia cenderung menjauh dari ketaatan tersebut (Ibnul Qoyyim, Tt., hlm. 118). Sabar dalam menjalankan ketaatan juga dituntut karena taat itu menyulitkan bagi jiwa, memberatkan bagi jasab (melelahkan dan meletihkan), dan membebani pada harta (Al-Utsaimin, 1423, hlm. 84). Selain itu, ketaatan biasanya banyak dan dilakukan berulang-ulang. Jiwa merasa sulit dan berat untuk menjaganya (Al-Khalafy, 2014, hlm. 83). Oleh sebab itu, dalam menjalankan ketaatan, manusia dituntut sabar tidak hanya selama proses menjalankan ketaatan tersebut tetapi sabar dari keseluruhan, baik saat memulai, saat menjalankan, maupun setelah selesai melakukannya.

Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 118) menjelaskan bahwa bentuk sabar saat memulai segala ketaatan adalah menghadirkan niat ikhlas (karena Allah) dan tidak *riyā* (ingin pujian manusia). Sedangkan bentuk sabar ketika menjalankannya adalah selalu mengingat niat awal, menghadirkan hati dan melibatkan seuruh anggota badan, tidak melupakan rukun-rukun dalam ketaatan yang sedang dijalani, dan tidak melupakan yang memberikan perintah untuk taat. Adapun bentuk sabar setelah menjalankan ketaatan adalah menjaganya, yaitu jangan sampai gugur karena sombong, berbangga diri, dan menampakkan ibadah kepada orang lain.

Atribut-atribut kesabaran dalam dimensi ketaatan tersebar dalam segala macam perbuatan yang dicintai dan diridhai Allah. Al-Khalafy (2014, hlm. 84-87) menyebutkan empat kesabaran dalam pokok ketaatan, antara lain: (a) sabar dalam berbuat baik kepada orang tua; (b) sabar dalam mencari ilmu (tahan terhadap beratnya mencari ilmu); (c) sabar dalam berteman; dan (d) sabar dalam mengingatkan orang lain pada kebaikan.

Selain dituntut sabar dalam menjalankan ketaatan, manusia juga dituntut sabar dalam menjauhi larangan. Tuntutan ini disebabkan karena manusia diciptakan

memiliki kecenderungan untuk suka pada sesuatu yang dilarang. Gejolak jiwa selalu memerintahkan dan mengajak kepada keburukan. Manusia cenderung menjadi ingkar ketika ada dalam limpahan harta dan kenikmatan. Apalagi dalam kehidupan manusia akan selalu hadir pihak ketiga, yaitu syetan (*devil*) untuk mengajak dan mendorong manusia berbuat kemaksiatan.

Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 119) menjelaskan bahwa sabar untuk menahan diri dari melakukan perbuatan maksiat persoalannya sudah sangat jelas. Bentuk-bentuk kesabaran untuk menahan diri dari berbuat maksiat adalah memutuskan diri dari perbuatan maksiat dan menjauhkan diri dari pelaku maksiat, baik secara lisan maupun perbuatan. Selain itu, menghentikan diri dari adat yang buruk juga termasuk bentuk kesabaran dalam menjauhi larangan. Sebab, jika adat istiadat yang buruk bersatu dengan hawa nafsu, maka telah terjadi persekongkolan antara dua bala tentara syetan. Jika persekongkolan tersebut terjadi, maka kekuatan agama tidak akan mampu menundukkannya.

Atribut-atribut kesabaran dalam dimensi menjauhi larangan melakukan kemaksiatan (kedurhakaan) tersebar dalam segala macam perbuatan yang tidak dicintai dan tidak diridhai Allah. Al-Khalafy (2014, hlm. 88-87) menyebutkan kesabaran terhadap dua pokok kemaksiatan, yaitu: (1) sabar dari syahwat kemaluan dan (2) sabar dari syahwat perut.

Adapun sabar dalam menerima ketentuan (takdir) buruk atau musibah dari Allah (Tuhan) disebabkan karena pada hakikatnya manusia diciptakan dalam keadaan lemah. Menurut Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 120), musibah yang diberikan kepada manusia ada dua bentuk. *Pertama*, musibah berupa bencana alam yang manusia tidak berdaya menghadapinya. *Kedua*, musibah yang datang dari sesama manusia.

Menghadapi musibah berupa bencana alam yang manusia tidak memiliki kekuatan sedikitpun untuk melawannya, maka manusia akan terbagi empat status (*maqām*) dalam kesabarannya. Menurut Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 120) dan Al-Utsaimin (1423, hlm. 174), ***status pertama*** adalah orang yang lemah, mengeluh,

dan merasa tidak puas (*indignation/grumpiness*). Ciri-ciri orang seperti ini biasanya akan mengadu, murka, meratap ketika menghadapi musibah. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 120) menambahkan bahwa status pertama ini banyak dihuni oleh orang-orang yang kurang sehat mental, iman/agama, dan kemulian diri (*murūah*).

Secara derivatif, ketidakpuasan dapat diekspresikan oleh tiga atribut. Pertama, ekspresi hati seperti merasa bahwa Allah telah menzaliminya melalui musibah tersebut. Kedua, ekspresi lisan seperti mendoakan kecelakan dan kerusakan, mengucapkan "oh celaka", "oh hancur", mencela zaman (waktu), dan lain sebagainya. Ketiga, ekspresi anggota badan (*jawārih*) seperti menampar pipi sendiri, memukul-mukul kepala, mengacak-acak rambut, merobek baju, dan lain sebagainya.

Status kedua adalah orang sabar, baik untuk Allah, Tuhannya maupun untuk dirinya sendiri dan juga untuk orang lain. Seseorang yang berada pada status kedua ini adalah mampu menahan diri walaupun tidak suka terhadap apa yang terjadi. Secara lebih spesifik, Al-Utsaimin (1423, hlm. 174) menyebutkan ciri-cirinya sebagai berikut: (a) Mampu mengendalikan lisan untuk tidak mengerutu. (b) Mampu mengendalikan anggota badan untuk tidak melakukan perbuatan yang dibenci Allah. (c) Mampu mengendalikan hati agar tidak ada sesuatu yang buruk kepada Allah di dalamnya.

Status ketiga adalah orang yang rida (*ridha*). Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 120) menjelaskan bahwa status ridho lebih tinggi di atas sabar. Al-Utsaimin (1423, hlm. 174) menjelaskan bahwa seseorang yang ridho terhadap musibah yang menimpanya adalah seseorang yang berlapang dada dan ridho secara sempurna dengan merasa seolah-olah musibah tersebut tidak menimpanya.

Status keempat adalah orang yang bersyukur tatkala ditimpa musibah. Ibnul Qoyyim (Tt: 120) menjelaskan bahwa status syukur lebih tinggi di atas ridho karena menyikapi musibah dengan kesyukuran. Al- Al-Utsaimin (1423, hlm. 174) menjelaskan bahwa ciri-ciri orang yang bersyukur saat ditimpa musibah adalah: (a) mengucapkan *hamdallah*, yaitu ucapan *alhamdulillah 'ala kulli hal* (segala puji

bagi Allah atas segala keadaan ini); dan (b) berharap mendapatkan pahala dari Allah atas musibah tersebut.

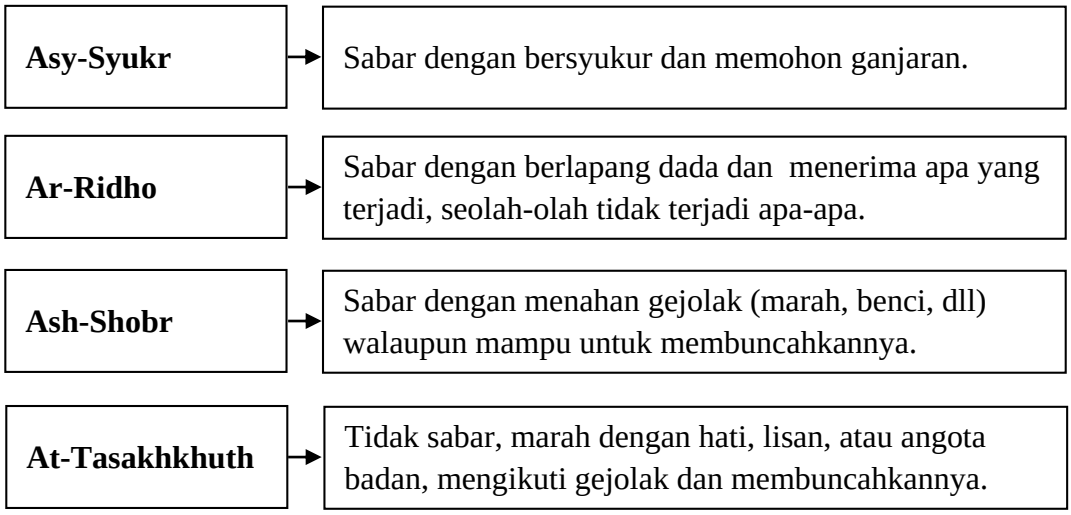
Adapun menghadapi musibah yang datangnya dari sesama manusia, mungkin berupa caci maki atau penganiayaan yang memungkinkan manusia mampu untuk melawannya, Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 120) menjelaskan bahwa manusia terbagi dalam empat status (*maqām*). ***Status pertama***, memaafkan dan berdamai. ***Status kedua***, menyelamatkan hati dari dendam (keinginan melapiaskan rasa sakit hati) lantaran mengingat-ingat kejahatan orang lain.

Status ketiga, mengakui takdir Allah yang memberikan musibah melalui perantaraan orang zalim. Orang seperti ini meyakini bahwa Allah tidak zalim dengan mendatangkan orang yang menzaliminya. Musibah melalui kezaliman orang lain tidak berbeda seperti pergantian musim panas dan musim dingin, semua orang tidak bisa mengelaknya.

Status keempat, *ihsān*, yaitu berbuat baik kepada orang yang berbuat jahat. Menurut Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 121). Ciri-ciri seseorang yang berada pada status ini adalah: (a) membalas kejahatan dengan dengan perbuatan baik; (b) selalu mengambil manfaat dari apa yang hanya diketahui oleh Allah; (c) selalu berusaha untuk berada di status tertinggi, jika tidak mampu meraih yang tertinggi, maka ia tidak rela hanya mendapat derajat yang paling rendah.

Dalam kehidupan manusia akan selalu ada saat (*moment*) yang akan menguji kadar kekuatan kesabaran seseorang/individu. Momentum pengujian kekuatan kesabaran tersebut lazimnya berupa tiga kondisi, yaitu: (1) dalam melaksanakan ketaatan kepada Allah sehingga dirasa sebagai beban berat; (2) dalam meninggalkan hal dan perbuatan yang diharamkan Allah sehingga dirasakan sebagai kondisi yang tidak menyenangkan karena bertentangan dengan hawa nafsu; dan (3) dalam menghadapi ketentuan (takdir) Allah yang dirasa menyakitkan, mengecewakan, dan menyedihkan bagi individu. Kondisi yang ketiga disebut dengan musibah. Al-Utsaimin (2002, hlm. 84-85) menyebutkan empat bentuk respon seseorang terhadap musibah yang diilustrasikan pada Bagan 2.1 berikut ini.

Bagan 2.1
Empat Bentuk Respon Manusia Terhadap Musibah


Asy-Syukr
Sabar dengan bersyukur dan memohon ganjaran.
Ar-Ridho
Sabar dengan berlapang dada dan menerima apa yang terjadi, seolah-olah tidak terjadi apa-apa.
Ash-Shobr
Sabar dengan menahan gejolak (marah, benci, dll) walaupun mampu untuk membuncahkannya.
At-Tasakhkhuth
Tidak sabar, marah dengan hati, lisan, atau angota badan, mengikuti gejolak dan membuncahkannya.

Al-Utsaimin (2002, hlm. 175) tidak menjelaskan bahwa keempat respon tersebut merupakan sebuah tingkatan. Tetapi dijelaskan bahwa respon musibah dengan sabar adalah sesuatu yang dimaklum. Dengan kata lain sesuatu yang sudah diketahui oleh semua kalangan tentang keharusannya walaupun tidak semua orang mampu melakukannya. Adapun untuk respon dengan syukur tidak dijelaskan sebagai respon yang paling tinggi, tetapi respon itulah yang dilakukan oleh Rasulullah SAW tatkala tertimpa suatu kondisi yang tidak menyenangkan, yaitu mengucapkan, "*alhamdulillah 'alā kulli hāl* [segala puji bagi Allah atas setiap keadaan]." Ucapan Rasulullah SAW tersebut tercatat dalam HR. Ibnu Sunni dan Al-Hakim (Al-Ahmad, 1426, hlm. 305). Merujuk kepada penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa merespon musibah dengan bersyukur dan memuji Allah adalah lebih utama daripada merespon dengan sabar yang semua orang sudah memaklumi dan memafhuminya.

4. Tema Sabar dalam Al-Quran

Iman Ahmad ibnu Hanbal (dalam Ibnul Qoyyim, Tt., hlm 129) menyebutkan bahwa tema tentang sabar dalam Al-Quran terdapat dalam sembilan puluh tempat. Kemudian Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 129-136) meringkasnya dalam dua puluh dua tema tentang sabar, antara lain:

a. Perintah bersabar terdapat dalam QS. An-Nahl [16]: 127 dan QS. Ath-Thur [52]: 48).
b. Larangan melakukan perbuatan yang bertentangan dengan sabar, seperti larangan meminta disegerakan siksa terdapat dalam QS. Ahqaf [46]: 35, lalu larangan bersikap lemah dan bersedih hati terdapat dalam (QS. Ali Imran [3]: 139 dan QS. Al-Qalam [68]: 48).
c. Korelasi antara kemenangan dengan sabar terdapat dalam QS. Ali Imran [3]: 200.
d. Kepastian tentang berlipatgandanya pahala dari sabar terdapat dalam QS. Al-Qashash [28]: 54 dan QS. Az-Zumar [39]: 10.
e. Kepemimpinan dalam agama atau imamah berkorelasi dengan kesabaran terdapat dalam QS. As-Sajdah [32]: 24.
f. Kebersamaan orang-orang yang bersabar bersama Allah SWT (*maiyyatullah*) terdapat dalam QS. Al-Baqarah [2]: 153.
g. Allah SWT akan menghimpun tiga keutamaan pada diri orang yang mampu bersabar yang tidak diberikan kepada orang yang tidak bersabar, yaitu shalawat, rahmat, dan hidayah. Jaminan ini terdapat dalam QS. Al-Baqarah [2]: 155-157).
h. Jiwa sabar sebagai penolong dan perintah mencari pertolongan dengan sabar terdapat dalam QS. Al-Baqarah [2]: 45.
i. Benteng kokoh dari bahaya dan serangan musuh adalah jiwa sabar terdapat dalam QS. Ali Imran [3]: 120.
j. Korelasi antara kemenangan, kesabaran, dan ketaqwaan terdapat dalam QS. Ali Imran [3]: 125.

k. Para Malaikat memberikan salam di Surga untuk orang-orang yang mampu bersabar terdapat dalam QS. Ar-Ra'du [13]: 23-24.
l. Kesabaran adalah pilihan terbaik walaupun seseorang mampu membalas kejahatan orang lain kepada dirinya terdapat dalam QS. An-Nahl [16]: 126.
m. Pengampunan (*maghfirah*) adalah balasan yang besar bagi penyabar dan pengamal shaleh terdapat dalam QS. Hud [11]: 11.
n. Sabar dalam musibah adalah perbuatan besar dan mulia terdapat dalam QS. Asy-Syura [42]: 43.
o. Pertalian cinta dengan kesabaran terdapat dalam QS. Ali Imran [3]: 146.
p. Janji kemenangan dan keberuntungan disebabkan kesabaran terdapat dalam QS. Al-Araf [7]: 137.
q. Sifat-sifat yang baik hanya dinisbatkan kepada orang-orang sabar terdapat dalam QS. Al-Qashash [28]: 80 dan QS. Fushshilat [41]: 35.
r. Orang-orang yang dapat mengambil pelajaran dari ayat-ayat Allah SWT adalah orang-orang yang sabar dan bersyukur. Hal ini terdapat dalam QS. Ibrahim [14]: 5, QS. Luqman [31]: 31, QS. Saba [34]: 19, dan QS. Asy-Syura [42]: 32-33.
s. Hamba yang paling baik adalah yang sabar terdapat dalam QS. Shad [38]: 44.
t. Kesempurnaan hidup melalui saling menasehati dalam kebenaran dan kesabaran terdapat dalam QS. Al-'Ashr [103]: 1-3.
u. Golongan Kanan (*Ahlul Yamīn*) adalah orang-orang sabar dan saling berpesan dalam kasih sayang terdapat dalam QS. Al-Balad [90]: 17-18.
v. Korelasi antara kesabaran dengan rukun-rukum Islam dan derajat keimanan terdapat dalam QS. Al-Baqarah [2]: 45, QS. Hud [11]: 11, QS. Yusuf [12]: 90, QS. Luqman [31]: 31, Al-'Ashr [103]: 3, QS. Al-Balad [90]: 17, QS. As-Sajdah [32]: 24, dan QS. Al-Ahzab [33]: 35.

5. Tema Sabar dalam Al-Hadits

Salah satu Kitab Hadits (kumpulan hadits-hadits) yang membahas tentang sabar dalam bab khusus adalah Kitab Riyadhus-Shalihin. Kitab ini adalah karya Al-

Imam Abi Zakariyya Yahya Ibnu Syarf An-Nawawi atau dikenal dengan sebutan Imam Nawawi (631-676 H). Dalam Kitab Riyadhush-Shalihin terdapat 29 hadits yang dimasukkan oleh Imam Nawawi dalam Bab Sabar.

Berdasarkan analisa terhadap keduapuluhsembilan hadits dalam Kitab Riyadhush-Shalihin tersebut, diperoleh tema-tema yang terkait dengan kesabaran, sebagai berikut:

a. Sabar adalah cahaya (penerang yang disertai panas). Teman ini terdapat dalam HR. Muslim, No. 223.
b. Keterkaitan antara sabar dengan menjaga kehotmatan diri, merasa puas dengan apa yang ada, dan perintah bersabar agar tidak meminta-minta (mengemis). Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahihul Bukhari, No. 1369, 6470 dan Shahih Muslim, No. 1053).
c. Sabar dan syukur adalah inti kehidupan yang baik bagi orang-orang yang beriman. Mendapat kesenangan bersyukur dan mendapatkan keburukan bersabar. Tema ini terdapat dalam HR. Muslim, No. 2999.
d. Tidak ada kesabaran kecuali dari hal-hal yang tidak disukai. Tema ini terdapat dalam HR. Al-Bukhari, No. 4462) yang menceritakan tentang kisah wafatnya Rasulullah SAW setelah sakit keras dan panas tinggi mengakibatkan Rasulullah SAW pingsan karena panas yang dirasakan Beliau SAW sebanding dengan panas dua orang biasa. Dalam keadaan seperti itu Rasul SAW tetap bersabar dan malah menghibur putrinya, yaitu Fatimah yang sedang bersedih atas keadaan ayahnya tersebut.
e. Sabar adalah merelakan sambil memohon pahala atas musibah. Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahih Muslim, No. 923 dan 1284). Hadits tersebut menceritakan kisah meninggalnya cucu Rasulullah SAW. Pada saat itu, Rasulullah SAW mencucurkan air mata kasih sayang atas kewafatan cucunya. Tema ini terdapat juga dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahihul Bukhari, No. 1283 dan Shahih Muslim, No. 926) tentang nasihat Rasulullah SAW untuk bertawakkal dan bersabar kepada seorang ibu yang menangis di

atas kuburan anaknya yang baru dikuburkan. Terdapat juga HR. Muttafaq ‘Alaih yang mengisahkan Abu Thalhah yang dinasihati untuk merelakan putranya yang meninggal lalu bermohon pahala atas musibah tersebut.

f. Sabar berkaitan dengan kekuatan iman di tengah guncangan fitnah dan kejahatan orang lain. Tema ini terdapat dalam HR. Muslim (Shahih Muslim, No. 3005) yang menceritakan tentang kisah *Ashhabul-Ukhdud*.
g. Doa orang yang sabar dalam keadaan terdesak berpeluang besar untuk dikabulkan. Tema ini terdapat dalam HR. Muslim (Shahih Muslim, No. 3005) yang menceritakan tentang kisah *Ashhabul-Ukhdud*.
h. Pahala terbesar bagi orang yang mampu sabar adalah surga. Tema ini terdapat dalam HR. Al-Bukhari, No. 6434, 3474, 5652 dan Shahih Muslim, No. 2576).
i. Sabar adalah membalas kezaliman orang lain dengan doa. Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahihul Bukhari, No. 3150, 3477, 6629 dan Shahih Muslim, No. 1062, 1792).
j. Penghapusan dosa bagi yang sabar saat ditimpa kelelahan, sakit, gelisah, sedih dan gundah hati. Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahihul Bukhari, No. 5641, 5642, 5648 dan Shahih Muslim, No. 2571, 2573).
k. Ujian kesabaran adalah wahana menaikkan derajat kebaikan seseorang. Tema ini terdapat dalam HR. Al-Bukhari, No. 5645).
l. Sabar adalah tidak putus asa ketika sakit keras dengan meminta disegerakan kematian. Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahihul Bukhari, No. 5671 dan Shahih Muslim, No. 2680).
m. Sabar kunci kemenangan. Tema ini terdapat dalam HR. Al-Bukhari, No. 3612, 3852, 6942).
n. Besarnya pahala tergantung pada besarnya ujian kesabaran. Tema ini terdapat dalam HR. At-Tirmidzi (As-Silsilah Ash-Shahihah, No. 146 dan 1220).
o. Sabar adalah mampu mengendalikan hawa nafsu saat marah. Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaihi (Shahihul Bukhari, No. 6048, 6114, 6115, 6116; Shahih Muslim, No. 2609, 2610; Ibnu Majah, dan Shahih Al-Jami, No. 3375).

p. Sabar dalam ujian yang tiada henti akan menghapuskan kesalahan sehingga waktunya menghadap Allah SWT dalam keadaan bersih. Tema ini terdapat dalam HR. At-Tirmidzi (dalam Silsilah Ash-Shahihah, No. 2280).
q. Sabar adalah pemaaf dan diam atau mengabaikan orang yang kurang ajar karena keawamannya. Tema ini terdapat dalam HR. Al-Bukhari, No. 4642).
r. Sabar dalam menghadapi monopoli dan kezaliman pemimpin (pemerintah). Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaih (Shahihul Bukhari, No. 3603, 3792 dan Shahih Muslim, No. 1843, 1845).
s. Bersabar dalam bergerak melawan kezaliman sembari meminta pertolongan Allah SWT. Tema ini terdapat dalam HR. Muttafaq ‘Alaih (Shahihul Bukhari, No. 2965, 2966 dan Shahih Muslim, No. 1743).

6. Faktor-faktor Penguat Kesabaran

Menurut Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 96) menjelaskan bahwa “*Fash-shabru wa in kaana syaaqqan kariihan ‘alan-nufuus fatahshiiluhu mumkinun, wa huwa yatarakkabu min mufradaini: al-‘ilmu wal-‘amal*. Meskipun kesabaran itu berat dan tidak disenangi, tetapi memungkinkan untuk direalisasikan melalui dua faktor, yaitu ilmu dan amal.

Ilmu adalah mengetahui kebaikan, manfaat, kelezatan, dan kesempurnaa dari apa yang diperintahkan serta mengetahui bahaya, keburukan, dan kekurangan dari apa yang dilarang. Jika pengetahuan tentang dua unsur tersebut dipahami sebagaimana mestinya, maka pengetahuan tersebut akan melahirkan tekad yang benar, kekuatan jiwa yang besar, dan harkat kemanusiaan. Bila kedua unsur tersebut digabungkan maka kesabaran akan terwujud. Beratnya kesabaran akan terasa ringan, pahitnya akan berubah manis, deritanya akan menjadi nikmat.

Sebagaimana telah dijelaskan bahwa sabar adalah setengahnya dari keimanan dan keimanan merupakan salah satu unsur agama, maka menguatkan kesabaran sama dengan menguatkan potensi keberagamaan. Ibnul Qoyyim (Tt. hlm.

102-113) menjelaskan dua puluh sebab yang akan menguatkan potensi keberagaman dan menjadi sebab kuatnya kesabaran, antara lain:

a. Menghadirkan keagungan Allah SWT.
b. Menghadirkan rasa cinta kepada Allah SWT.
c. Menghadirkan kesadaran akan nikmat dan kebaikan Allah SWT.
d. Menghadirkan murka dan balasan Allah SWT.
e. Menghadirkan perasaan kehilangan dan kesia-siaan akan hilangnya kesempatan meraih kebaikan dunia akhirat akibat perbuatan maksiat.
f. Menghadirkan rasa suka cita dan rasa senang
g. Menghadirkan balasan yang dijanjikan Allah SWT bagi orang yang meninggalkan keharaman demi mengharap ridha Allah SWT.
h. Menghadirkan rasa kebersamaan (*ma'iyyah*) dengan Allah SWT.
i. Menghadirkan saat datangnya ajal.
j. Menghadirkan perasaan dalam suasana musibah sebagai akibat dosa dan suasana selamat sebagai buat ketaatan.
k. Membangkitkan perlawanan kekuatan agama terhadap hawa nafsu.
l. Mengusir kebatilan dari dalam hati.
m. Memotong faktor pendorong menuruti kehendak hawa nafsu melalui penyaluran kepada aktivitas yang bermanfaat.
n. Merenungkan keajaiban tanda-tanda kekuasaan Allah SWT.
o. Merenungkan hakikat kehidupan dunia yang sementara dan dekatnya kehidupan akhirat dan keharusan memiliki bekal dalam mengarungi perjalanan menuju akhirat.
p. Menghadapkan diri dengan memohon kepada Yang di kedua telapak tangan-Nya tergenggam hati manusia, di tangan-Nya segala persoalan, dan kepada-Nya segala sesuatu akan berakhir.
q. Menyadasari bahwa dalam dirinya terdapat kekuatan yang tarik menarik antara yang membawa pada derajat tinggi dan yang membawa ke derajat rendah.

r. Mengetahui bahwa mengosongkan hati dari kotoran merupakan syarat suburnya hati ketika ditimpa hujan kasih sayang Allah SWT.
s. Mengetahui bahwa Allah SWT menciptakan manusia untuk keabadian yang tiada akan fana, untuk kejayaan yang tidak mengenal hina, untuk kedamaian yang tidak mengenal takut, untuk suatu kekayaan yang tidak akan berubah menjadi kemelaratan, untuk kenikmatan yang tidak berujung derita, untuk kesempurnaan tanpa cacat.
t. Hendaknya seseorang tidak angkuh dengan tradisi buruk yang diyakininya.

7. Konsep Sabar dalam Lintas Agama dan Budaya

Setelah dipaparkan sabar dari bahasa dan sumber konsep aslinya, yaitu bahasa Arab dan Al-Quran juga Al-Hadits, berikutnya dipaparkan konsep sabar dalam ragam perspektif agama dan budaya. Namun, keragaman ini akan dibatasi pada konteks agama selain Islam dan konteks budaya dalam beberapa suku di Indonesia, terutama yang suku bangsa yang secara kultural dipengaruhi oleh ajaran Islam. Bagian menjadi sangat penting untuk dipaparkan karena penjelasannya akan memperjelas *positioning* makna sabar dari bahasa dan konsep *origin* dengan konsep serapan.

Agama Kristiani mengajarkan konsep sabar kepada umatnya. Dalam *The Holy Bible, Containing the Old and New Testament*, King James Version (Tt., hlm. 2061) konsep sabar dapat ditemukan melalui pencarian kata *patience* yang diterjemahkan sebagai sabar. Dalam Matthew, 18: 26 dijelaskan bahwa "*The servant therefore fell down, and worshipped him, saying, Lord, have patience with me, and I will pay thee all*." Lalu dalam Matthew, 18: 2 dijelaskan juga bahwa "*And his fellow servant fell down at his feet, and besought him, saying, Have patience with me, and I will pay thee all*."

Dalam Alkitab Terjemahan Baru (LAI, 1994) ditemukan kurang lebih 51 ayat yang berkaitan dengan sabar. Dalam Keluaran, 34: 4-9 dijelaskan bahwa

"*Berjalanlah Tuhan lewat dari depannya dan berseru, "Tuhan, Tuhan Allah Penyayang dan Pengasih, Panjang sabar, Berlimpah kasihnya dan setianya*."

Dalam Yakobus 5: 7 disebutkan:

> *Karena itu bersabarlah saudara-saudara sampai kedatangan Tuhan (the coming of the Lord). Lihat! Seorang petani menantikan buah yang berharga dari tanah, bersabar terhadap hal tersebut, sampai ia menerima hujan awal dan hujan akhir. Kamu juga harus bersabar dan teguhkanlah hatimu, karena kedatangan Tuhan sudah dekat*!

Ayat ini menjelaskan kesabaran kekuatan dan keteguhan dalam masa-masa penantian kedatangan tuhan yang panjang dan melelahkan. Dalam I Timotius 6:11 dijelaskan, "*Tetapi engkau hai manusia Allah, jauhilah semuanya itu, kejarlah keadilan, ibadah, kesetiaan, kasih, kesabaran dan kelembutan*."

BP & Saxman (Tersedia: http://www.sarapanpagi.org/sabar-kesabaran-panjang-sabar-vt1795.html, [online]: 19 Maret 2015) menjelaskan empat konsep sabar dalam ajaran Kristiani, antara lain:

a. Sabar adalah sifat Tuhan. Sifat ini bukanlah kepasifan, tapi penguasaan atau pengekangan ataupun pengendalian diri Allah menghadapi perlawanan dan hal-hal lain yang menimbulkan amarah-Nya. Sifat ini hampir selalu dikaitkan dengan sifat kasih sayang dan kemurahan Allah terhadap orang berdosa dan pemberontak, yang sebenarnya patut kena murka-Nya. (Kejadian 4:15), Kejadian 9:11-17; Petrus 3 :20)."
b. Kesabaran manusia adalah kesabaran dalam hubungan dengan sesama harus sesuai dengan kesabaran dalam menghadapi penderitaan dan cobaan (Roma 5:3; 1 Korintus 13:7; Yakobus 1:3; 5:7-11; Wahyu 13: 10). Kesabaran yang menyerupai kesabaran Tuhan Yesus ini (Ibrani 12:1-3) adalah karunia ilahi (Roma 15:5; 2 Tesalonika 3:5), Orang Kristen yg bertahan sampai akhir karena kesabarannya akan selamat atau memperoleh hidupnya (Markus 3.13; Lukas 21:19; Wahyu 3:10).
c. Sabar adalah ketekunan, terus-menerus tabah, tetap hadir untuk menjaga, seperti tentara pengawal pribadi Kornelius (Kisah 10:7), tekun berpegangan pada atau menganut sesuatu. Dalam penerapannya secara rohani, kata itu ber-kaitan dengan kesabaran atau ketetapan hati untuk mengikuti hidup kristiani, khususnya yang berkaitan dengan doa (Kisah 1:14; 2:42,46; 6:4; 8:13; Roma 12:12; 13:6; Kolose 4:2; Efesus 6: 18).
d. Sabar adalah salah satu sifat buah Roh.

Dalam agama Budha, konsep sabar terdapat dalam konsep *Khanti*, yang berarti Sabar, dapat memaafkan kesalahan orang lain. Pandita S. Widyadharma (Tersedia: http://www.samaggi-phala.or.id, [online]: 19 Maret 2015) menjelaskan bahwa pada waktu itu Sang Buddha membacakan *Ovada Patimokkha*, yang bermakna *khanti paranang tapo titikkhä* yang berarti kesabaran adalah cara bertapa yang paling baik.

Dhammapada, bait 184, Sang Buddha menjelaskan:

> ”*Kesabaran adalah praktek bertapa atau pengendalian diri yang terbaik. Nibbana (Nirwana) adalah yang tertinggi. Begitulah sabda Para Buddha. Dia yang masih menyakiti dan menganiaya orang lain sesungguhnya bukanlah seorang pertapa (samana).*”

Bait ini menjelaskan bahwa kesabaran terkait dengan pengendalian diri sehingga tidak sampai harus menyakiti dan menganiaya orang lain.

Y.M. Bhikkhu Gunasilo (Tersedia: http://buddhaschool.blogspot.com/ 2011/04/manfaat-melatih-kesabaran-ym-bhikkhu.html, [online]: 19 Maret 2015) menjelaskan bahwa

> “Menurut ajaran Sang Buddha, menghadapi keadaan yang menyenangkan bukan sikap sabar, justru kesabaran adalah sikap yang tenang dengan dilandasi sikap yang benar. Pada saat menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan, seperti melihat orang lain yang berbuat jahat kepada kita, mencela, menghina, memfitnah, atau melakukan perbuatan buruk apa saja kepada kita, sesungguhnya itu merupakan sikap yang baik dalam melatih kesabaran, untuk melatih kesabaran kalau menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan.

Menurut Y.M. Bhikkhu Gunasilo, dalam ajaran Buddha, kesabaran itu ada dua macam, yaitu (1) kesabaran yang paling rendah dan (2) kesabaran yang paling tinggi. Kesabaran yang paling rendah adalah bersabar dengan hal yang sederhana, dengan kondisi yang kecil, seperti menghadapi udara yang panas, makanan yang tidak sesuai, menunggu agak lama, bersabar bila fisik sedang sakit dan bersabar ketika sedang mengemudikan mobil di jalan. Sedangkan kesabaran yang paling tinggi adalah bersabar dalam masalah besar. Dalam Dhammapada (1:4) Sang Buddha bersabda:

> ”Mereka yang tidak memendam di dalam dirinya (dan tidak berpikir): ’Ia telah menyiksa diriku, ia telah memukuli tubuhku, ia telah mengalahkan aku dan merampas barang-barangku’, maka kebencian akan lenyap dari batinnya.” Inilah kesabaran yang paling tinggi. Jadi ketika kita disiksa, dipukul, dihina, dicela, dimarahi, namun kita tetap sabar dan tidak membalasnya. Mengapa demikian? Karena kita tahu bahwa; kemarahan dan kebencian apabila muncul dalam batin kita tentu akan merugikan diri kita sendiri dan orang lain.

Dalam Agama Hindu juga terdapat ajaran tentang sabar. Suhendrawiati (Tersedia: http://hendrawiati.blogspot.com/2015/01/ makalah-yama-dan-nyama-brata.html, [online]: 19 Maret 2015) menjelaskan bahwa konsep sabar terdapat dalam ajaran Panca Nyama Brata yang pertama, yaitu Akroda. Secara bahasa Akroda berarti tidak marah, atau tidak mempunyai sifat marah. Dengan kata lain mampu mengendalikan sifat-sifat marah. Salah satu dari sifat-sifat marah adalah mudah tersinggung. Sifat inilah yang harus dikendalikan sehingga manusia tidak mudah marah. Dengan mampunya manusia menahan sifat marah maka manusia akan mempunyai jiwa yang sabar.

Selanjutnya Suhendrawiati menjelaskan bahwa

> Kesabaran adalah sifat yang mulia. Orang sabar tidak mudah tersinggung, sehingga akan disenangi oleh teman-teman. Orang yang diajak bicara akan merasa senang. Ia akan selalu tenang dalam menghadapi segala masalah. Pekerjaan dikerjakan dengan rasa tenang sehingga akan menghasilkan yang baik. Seperti apa yang diuraikan dalam Dalam Kitab Sarasamuccaya” sloka 94 disebutkan bahwa “*Kesabaran hati merupakan kekayaan yang sangat utama, itu sebagai emas dan permata. Orang yang mampu mengendalikan nafsu (kemarahan), tidak ada yang melebihi kemuliaan*”. Di sini sabar mengandung makna pengendalian diri. Oleh karena itu kemarahan harus dikendalikan. Dengan tumbuhnya kemampuan mengendalikan kemarahan menyebabkan tumbuhnya kebijaksanaan pada orang itu.

Selain digunakan dalam kehidupan beragama, sabar juga telah menjadi bagian dari budaya masyarakat Indonesia. Pada masyarakat Sunda, terdapat ungkapan dalam kehidupan sehari-harinya, seperti “*sing sabar sing tawekal*”. Ungkapan ini biasanya disampaikan orang untuk menasehati anaknya yang akan

berangkat sekolah, bekerja, atau merantau ke tempat yang jauh. Tujuannya agar sang anak kuat, tahan , dan mampu mengatasi segala halangan dan rintangan.

Ayip Rosidi (2005) dalam buku Babasan & Paribasa Kabeungharan Basa Sunda memuat beberapa ungkapan dan peribahasa yang mengandung makna sabar. Ada ungkapan, "*adil palamarta*". Ungkapan ini disematkan kepada orang yang sangat adil, penyabar, dan berbudi luhur. Peribahasa, "*suku dijieun hulu, hulu dijieun suku*" juga mengandung konsep sabar karena di dalamnya terkandung makna bekerja keras untuk mencari nafkah karena mengibaratkan kepala jadi kaki dan kaki jadi kepala. Peribahasa**, "***cai karacak ninggang batu laun laun jadi dekok*" artinya, air menetes ke batu akhirnya akan berlubang juga. Peribahasa ini mengajarkan tentang sabar karena mengandung maka *persistent*, yaitu *keukeuh* atau semangat pantang mundur dan tidak mudah menyerah kalah dalam kondisi yang sesulit apapun.

Nasehat-nasehat kehidupan dalam peribahasa Sunda juga mengungkapkan dimensi sabar bahwa sabar itu tidak mudah. Diungkapkan dalam peribahasa, "*diajar sabar teh hese da lamun sabar babari mah moal beut aya manusa anu cicing dina kasangsaraan*." Belajar sabar itu susah, jika sabar mudah didapatkan maka tidak akan manusia yang diam dalam kesengsaraan atau kemiskinan. Ungkapan nasehat lain yang mengajarkan sabar terhadap segala godaan terungkap dalam peribahasa, "*ulah kabawa ku sakaba-kaba***",** maksudnya jangan terbawa oleh hal-hal yang buruk. Masyarakat Sunda meyakini bahwa sabar ada batasnya, peribahasa, "*suluh besem oge ari diasur-asur mah hurung*." Maknanya, orang sabar pun kalau terus diusik tidak akan diam saja.

Selain dalam bahasa dan budaya Sunda, bahasa dan budaya Jawa juga memiliki kekayaan peribahasa yang mengajarkan kesabaran. Ungkapan, "*alon-alon waton kelakon*", artinya pelan-pelan saja yang penting berhasil. Peribahasa tersebut mengajarkan bahwa suatu pekerjaan hendaknya dilakukan dengan sabar, bertahap dan tidak tergesa-gesa. Wahyono (Tersedia: http://ekowahyono-artikel. blogspot.com/2012/ 03/kumpulan-peribahasa-jawa-penuh-makna.html [online], 20

Maret 2015) menjelaskan bahwa peribahasa ini mengandung makna sabar yang berarti santai, perlahan-lahan yang penting sampai di tujuan dengan selamat, dan terkabul segala keinginan.

Leluhur masyarakat Jawa meyakini bahwa sabar itu harus dimulai sejak dini. Peribahsa, "*nyebar godhong koro, sabar sakwetoro*", mengajarkan bahwa bahwa sabar harus dimulai sedini mungkin dan mulai dari saat ini dalam segala hal dalam kehidupan. Pepatah lain yang mengajarkan kesabaran adalah "*wani ngalah, luhur wekasane*." Peribahasa ini mengandung pelajaran tentang sabar, yaitu mengalah untuk kepentingan bersama.

Ungkapan-ungkapan lain tentang sabar terkandung dalam beberapa kata mutiara Jawa (Tersedia: http://duniabaca.com/kata-mutiara-dalam-bahasa-jawa-dan-artinya.html [online]: 24 Maret 2015), antara lain: (1) "*Sabar iku ingaran mustikaning laku*", artinya bertingkah laku dengan mengedepankan kesabaran itu ibarat sebuah hal yg sangat indah dalam sebuah kehidupan. (2) "*Sabar iku lire momot kuwat nandhang sakehing coba lan pandhadharaning ngaurip*", artinya sabar itu merupakan sebuah kemampuan untuk menahan segala macam godaan dalam hidup untuk mendewasakan diri. (3) *Jumbuh karo unine bebasan, sabar iku kuncining swarga, ateges marganing kamulyan*", artinya sabar adalah jalan utama untuk mendapatkan "surga". Maksudnya adalah ketentraman dan kedamaian dalam menjalani kehidupan.

Pepatah-petitih tentang sabar terdapat juga pada masyarakat Minangkabau. Idrus Hakimy Dt. Rajo Panghulu (Tersedia: https://armenzulkarnain.wordpress.com/1000-pepatah-petitih-minangkabau-angku-idrus-hakimy-dt-rajo-panghulu/pepatah-petitih-minangkabau-=401-%E2%80%93-500/, [online], 24 Maret 2015), mengemuakakan beberapa pepatah-petitih tersebut, antara lain: (1) "*Nak elok lapangkan hati, nak haluih baso jo basi",* artinya agar menjadi orang baik dan disegani selalulah bersifat sabar, dan baik budi bahasa. (2) "*Nanang saribu aka, haniang ulu bicaro, pikia palito hati, dek saba bana mandating*", artinya ketenangan dalam berpikir, menimbulkan aspirasi yang baik, dan kesabaran akan

mendatangkan kebenaran. (3) "*Haniang saribu aka, pikia palito hati*", artinya seseorang yang tenang dalam menghadapi kesulitan akan mudah mengatasi kesulitan karena pikiran itu pelita hati. (4) "*Adaik dunia baleh mambaleh, adaik tapuak jawek manjawek, sifaik dubalang kalau tapakai, banyak rakyaik kama upek*", artinya penghulu adalah pemimpin yang sifatnya lunak lembut ramah-tamah. Jika pemarah main hakim sendiri tidak disukai rakyat. (5) "*Bumi laweh bapadang lapang, gunuang indak runtuah karano kabuik, lauik indak karuah karano ikan*", artinya seorang pemimpin harus berdada lapang, berpikiran luas, sabar dan tawakal.

Prinsip kesabaran telah dianut oleh masyarakat Indonesia sejak dahulu kala. Suku Bugis adalah suku perantau. Lautan luas telah diarungi sejak ribuan tahun. Keberhasilan suku Bugis dalam menjelajah dunia tidak lepas dari konsep sabar yang dianutnya. Diungkapkan, "*ininnawa sabbara-e, lolongeng gare deceng tau sabbara-e*." Maksudnya, orang yang sabar senantiasa mendapat kebajikan yang diidamkan. Ungkapan lain, "*tellu-ttaunna sabbara, teng-inang ulolongeng; carubbu sengereng*." Maksudnya, sudah tiga tahun bersabar menanggung duka, tapi belum nampak juga titik cerah kebahagiaan. Kesabaran dalam pepatah ini menunjukkan waktu yang panjang. (Tersedia: http://renungan1jiwa.blogspot.com/ 2010/05/ pribahasa-bugiswerekkada-ogi.html, [online], 24 Maret 2015).

Masyarakat Bugis di perantauan sering mengomandankan sentilan *"iyyapa wattana ogi uruntuppa usappa'e"* yang artinya takkan kembali ke tanah Bugis sebelum kudapatkan yang kucari. Suatu ungkapan yang sangat berat karena hanya orang sabar dan konsisten yang bisa tegar menghadapinya. Pencapaian merupakan penebus maruah atau rasa malu. Mereka malu kembali tanpa membawa hasil yang bisa dibanggakan sehingga 'siri" tersebut mengalahkan rasa rindu terhadap keluarga dan kampung halamannya. Dalam falsafah Bugis, kesuksesan adalah perpaduan antara ketekunan dan kesabaran. Diungkapkan "*deceng'nge addippungenna temma' nginggireng nenniya asabbarakengg.*"

8. Urgensi Karakter Sabar dalam Kehidupan Remaja

Rasulullah SAW diutus untuk menguatkan keimanan manusia zaman itu hingga manusia masa depan. Rasulullah SAW diutus untuk membimbing perkembangan manusia menuju akhlak mulia (*makārimal-akhlāq*). Rasulullah SAW bersabda, "*Innamā bu'itstu li utammima makārimal-akhlāqi* [hanyasanya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak]." (HR. Ahmad dalam Al-Albani, Ash-Shahihah No. 45). Berdasarkan hadits tersebut, tugas Rasulullah SAW adalah membimbing kepada kesempurnaan akhlak mulia, moral, etika, dan budi pekerti.

Salah satu aspek yang ditanamkan dan dibinakan oleh Rasulullah SAW kepada umatnya adalah karakter sabar. Selain kata sabar diulang dalam tujuh tempat (ayat) dalam Al-Quran, kata sabar juga disebutkan dalam banyak hadits Rasulullah SAW. Imam Nawawi dalam Kitab Riyādhush-Shālihīn mencatat sebanyak lima puluh tiga hadits ynag dimasukkan dalam bab sabar. Riyadhush-Shalihin dikenal sebagai literatur yang khusus memuat hadits-hadits yang mengajarkan budi pekerti dan atau akhlak mulia.

Demikian penting dan besarnya keutamaan dan manfaat karakter sabar bagi manusia, Khalifah Umar bin Khattab (Qoyyim, Tt., hlm. 176; Mutawalli, 2005, hlm. 683) menegaskan bahwa, "*Wajadnā khaira 'aisyinā ash-shabru*." Bagi Umar, kehidupan yang baik adalah sabar. Sedangkan Khalifah Ali bin Thalib (Qoyyim, Tt, hlm. 22 & 177; Mutawalli, 2005, hlm. 683) menegaskan bahwa, "*Ash-Shabru mathiyyah lā tabkā*." Bagi Ali bin Abi Thalib, sabar adalah binatang tunggangan yang akan mengantarkan penunggangnya ke tempat tujuan. Ali bin Abi Thalib melarang menangis karena sabar bukan dengan menangis. Adapun Ibnu Mas'ud (Qoyyim, Tt, hlm. 205; Mutawalli, 2005, hlm. 683) menegaskan bahwa, "*Ash-Shabru nisful-īmān wal-yaqīnu al-īmānu kulluhu*." Sabar adalah setengahnya keimanan dan keyakinan adalah keseluruhan keimanan.

Ungkapan yang sangat indah bahwa sabar setengah dari keimanan merupakan pemahaman dari sabda Rasulullah SAW dalam HR. Muslim, No. 2999, bahwa:

> *‘Ajaban li amril-mu’mini, inna amrahu kullahu khairun. Walaisa dzālika li ahadin illā lil-mu’mini. In ashābathus-sarrā-u syakara, fa kāna khairan lahu, wa in ashābathudh-dharrā-u shabara, fa kana khairan lahu* [Sungguh menakjubkan urusan orang beriman itu. Segala urusan baginya baik. Hal itu tidak dilimpahkan kepada selain orang beriman. Jika mendapat kesenangan, orang beriman akan bersyukur karena itu baik baginya. Begitu pula jika tertimpa kesulitan, orang beriman akan bersabar karena itu juga baik baginya].

Dinamika kehidupan itu intinya hanya dua, yaitu bahagia dan tidak bahagia. Bergantian antara senang dan sedih, mudah dan sulit, berbobot dan hampa. Rasulullah SAW memberikan formula untuk dinamika masalah kehidupan dengan dua hal juga, yaitu syukur dan sabar. Menyikapi hal ini, Umar bin Khattab (Ibnul Qoyyim, Tt., hlm. 178 & 210) mengatakan, “*Lau kānash-shabru wasy-syukru ba’īraini lam abāla ayyuhumā rakibtu*.” Bagi Umar bin Khattab, sabar dan syukur ibarat unta kembar. Apabila salah satu di antara keduanya ditunggangi, maka sama saja akan mengantarkan pada tujuan.

Syukur dan sabar ibarat dua sisi mata uang. Tidak ada kesabaran tanpa syukur, demikian pula sebaliknya. Dalam kesabaran ada kesyukuran dan dalam kesyukuran ada kesabaran. Ibnul Qoyyim (Tt., hlm. 294) menjelaskan bahwa sabar merupakan akar syukur. Sehingga wajar apabila Al-Utsaimin (2002, hlm. 85) menempatkan syukur sebagai tingkat kesabaran yang paling tinggi.

Salah satu generasi penerus masa depan yang harus mendapat perhatian dengan menanamkan pondasi kesabaran adalah remaja. Menanamkan dan menunbuhkembangkan karakter sabar kepada remaja yang secara karakteristik perkembangan sedang dalam masa bergejolak merupakan misi yang sangat penting. Jika karakter sabar tumbuh berkembang dalam jiwa remaja, maka tidak hanya persoalan perilaku yang tidak menguntungkan diri remaja sendiri, keluarga, masyarakat, dan negara dapat tertanggulangi tetapi pada saat yang sama melalui kesabarannya para remaja akan menjadi sosok generasi yang menguntungkan bagi diri, keluarga, masyarakat, dan negaranya.

Upaya mengembangkan karakter sabar kepada remaja sama dengan memberikan sinar untuk menapaki jalan kehidupan bagi mereka. Muslim (Al-Hilaly, 1422, hlm. 80) meriwayatkan sebuah hadits yang memuat sabda Rasulullah SAW, "…*ash-shabru dhiyā-un*." Rasulullah SAW memetaforakan sabar dengan sinar yang disertai panas (*dhiyā-un*). Ibarat matahari, walaupun disertai terik dan panas serta mengakibatkan letih dan peluh, tetapi semua yang disinari matahari akan terlihat jelas sehingga harapan dan peluang menggapai cita-cita menjadi lebih mudah karena semua jalannya terlihat jelas terang benderang. Demikian pula dengan segala tantangan, rintangan, serta hal-hal yang membahayakan akan terlihat dengan jelas sehingga para remaja bisa menghindari bahkan menjauhinya.

Remaja yang telah kehilangan daya tahan untuk menghadapi segala cobaan dan godaan yang akan menjerumuskan dirinya ke lembah kehancuran bukan lagi kasus yang dapat disepelekan. Sebaliknya, remaja yang sabar adalah remaja yang memiliki sikap tenang, simpati, toleran terhadap orang lain, mampu mengontrol diri, tidak mudah mengeluh dan marah, pekerja keras dan tahan dalam menjalankan tugas dan mengejar cita-citanya.

Pandangan ilmu pengetahuan, baik dalam kajian biologi, psikologi, sosiologi, antropologi, paedagogi, maupun hukum menempatkan remaja pada fokus pandangan berdasarkan disiplin kajian masing-masing. Perbedaan sudut pandang tentu akan terjadi tetapi bukan menjadi sesuatu yang bersifat dikotomis tetapi sinergi untuk saling melengkapi.

Stereotip mengenai remaja sangat dipengaruhi oleh dominasi dan kepentingan tertentu dalam memandang remaja. Munculnya istilah remaja dalam berbagai bahasa pun tidak akan bisa dilepaskan dari aspek bahasa dan kultur yang menjadi lokasi penelitian tentang remaja. Dimunculkannya istilah *adolencence* oleh G. Stamley Hall (Santrock [Terj.], 2007, hlm. 6) sangat dipengaruhi oleh pandangan Darwin mengenai teori evolusi. Dalam teorinya, Hall (Santrock [Terj.], 2007, hlm. 6) memandang bahwa perkembangan remaja dikontrol oleh faktor-faktor fisiologis dan genetis.

Hall (Santrock [Terj.], 2007, hlm. 6) juga memandang bahwa masa remaja adalah masa pergolakan. Keberadaan remaja pada masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa, dianggap sebagai alasan untuk menyebutkan bahwa masa remaja adalah masa yang sulit dan berat. Dalam paradigma lama, masa remaja sering dimetaporakan sebagai masa "*storm-and-stress*" atau "*strum und drang*", yaitu masa badai yang penuh bahaya dan rentan menimbulkan stres. Perilaku remaja sering diidentikkan dengan perilaku yang sulit dikendalikan. Sebagian pakar menyebutnya menyebut masa remaja sebagai "*future hurricane*" sedangkan sebagian lagi menyebutnya sebagai periode turbulansi (*turbulence period*) karena keadaan yang ditandai ketidakstabilan (*disorder*) dan keacakan (*randomness*).

Beberapa pandangan yang dipengaruhi oleh Hall (Santrock [Terj.], 2007, hlm. 6) menganggap bahwa mendidik dan mengembangkan karakter remaja seringkali dianggap berat dan sulit. Dalam *quotes*-nya, Einstein (*online*) mengungkapkan, "*Common sense is the collection of prejudices acquired by age eighteen*." Ungkapan Einstein bermakna bahwa usia remaja yang notabene berusia delapan belas tahun adalah usia yang penuh prasangka dan tidak memiliki akal sehat.

Anderson (*online*) dalam *quotes*-nya, mengungkapkan, "*It's easier to floss with barbed wire than admit you like someone in middle school*." Ungkapan ini bermakna bahwa melalui kawat berduri yang begitu sulit dan membahayakan ternyata dianggap tidak lebih menyulitkan dan membahayakan daripada menangani remaja di sekolah menengah. Artinya, mendidik siswa-siswi sekolah menengah dianggap sulit dan berat.

Santrock ([Terj.], 2007, hlm. 9) menjelaskan bahwa hampir selama abad ke-20, remaja digambarkan sebagai sosok yang abnormal dan menyimpang. Stereotip negatif tentang remaja ini juga dikuatkan oleh pemberitaan media. Gilliam & Bales (Santrock, 2007, hlm. 9) menjelaskan bahwa 46 % pemberitaan tentang remaja berkisar pada topik-topik korban kejahatan, kecelakaan, dan kejahatan yang

dilakukan oleh remaja. Lerner & Steinberg (2004, hlm. 487) menjelaskan bahwa perkembangan remaja dipengaruhi oleh media yang diaksesnya.

Seiring dengan perkembangan penelitian tentang remaja yang tidak lagi *Americancentrism* atau *Europecentrism*, pandangan dan stereotip tentang remaja mengalami perubahan. Santrock ([Terj.], 2004, hlm. 16-17) menjelaskan bahwa pandangan global mengenai remaja menempatkan remaja sebagai manusia yang memiliki peluang untuk menghadapi tantangan baru terhadap kesehatan dan kesejahteraan, gender, keluarga, dan pendidikan (sekolah).

Lerner & Steinberg (2004, hlm. 579) menjelaskan bahwa analisa terhadap isu-isu global tentang perkembangan remaja mengarah pada pembingkaian kembali (*reframing*) secara positif. Dengan segenap potensinya remaja dikuatkan untuk memiliki hubungan (*connectedness*) dengan keluarga, sekolah, teman sebaya, lingkungan positif, dan keyakinan spiritualitas keagamaan (*having spiritual beliefs beyond one's self*).

Dalam konsep Islam, konsep tentang remaja dapat dianalisa dari penggunaan kata *fatā* atau *fityan* dan atau yang berarti remaja awal atau belia dalam Al-Quran dan Hadits. Konsep tentang remaja juga dapat dianalisa dari penggunan kata *syabaab* atau *syubbān* yang berarti remaja akhir atau pemuda dalam Al-Quran maupunAl-Hadits. Selain itu, kisah mengenai tokoh remaja dalam Al-Quran dan Hadits juga dapat dijadikan rujukan mengenai konsep Islam tentang remaja.

Secara etimologis, kata *fityah*, *fatā*, *fityān* berakar dari kata *fatiya* yang bermakna muda-mudi yang memiliki sifat pemurah. Kata ini juga seakar dengan kata *fatwa*, yang berarti petuah atau arahan. Dalam konsep *fityah*, remaja berarti mudi-mudi yang bersifat pemurah yang membutuhkan petuah, nasihat, arahan dari orang yang lebih memiliki ilmu dan pengalaman yang luas dan dalam.

Adapun konsep remaja yang terkandung dalam kata *syabāb* atau *syubbān* tidak terdapat dalam Al-Quran. Kata ini terdapat dalam beberapa Hadits. Secara etimologis, kata *syabāb* atau *syubbān* berasalah dari kata *syabba-yasyibbu-syabāban*, yang berarti menjadi pemuda atau menjadi besar. Kata *syabāb* biasanya

diartikan masa muda dari umur 16 tahun sampai dengan 30 tahun. Kata *syabāb* juga biasa digunakan untuk ungkapan syair-syair muda-mudi dalam menyifatkan kecantikan atau ketampanan. Akar kata lain dari syabaab adalah *syubūban*, yang berarti menyalakan api dan *asy-syabb* yang berarti batu tawas. Dalam konsep *syabāb*, masa remaja berada di akhir masanya mendekati kedewasaan. Semangatnya membara seperti api, mulai memiliki keteguhan prinsip, dan memiliki rencana untuk mendapatkan pasangan hidup.

Islam memberikan perhatian sangat besar terhadap remaja. Ibnu Abbas (Katsir, III/, hlm. 182) menjelaskan bahwa, "*Mā ba'atsallāhu nabiyyan illā syāban wa lā ūtiyal-'ilma 'ālimun illā wa huwa syābun*." Para nabi yang diutus ketika usia remaja. Demikian juga ilmu tidak diberikan kecuali pada masa remaja. Al-Quran menceritakan kisah Nabi Ibrahim, Nabi Yusuf, dan Ashhabul Kahfi menggunakan kata *fatan* yang bermakna *syāban*, yaitu masa remaja.

Pada awal kenabian yang penuh tantangan dan rintangan, para pengikut di masa-masa awal perjuangan Nabi Muhammad SAW, mayoritas berusia muda, yaitu antara 15-25 tahun. Karakter yang menonjol dalam perjuangannya adalah sabar. Al-Quran menyebutkan karakter tersebut dalam Surat Al-Ahqaf [46]: 35, "*Fashbir kamā shabara ulul-'azmi minar-rusul*." Ini adalah perintah untuk meneladani kesabaran Ulul-'Azmi dari kalangan para rasul. Potensi remaja yang besar untuk menjunjung kebaikan dan kemaslahatan masyarakat adalah potensi sabar.

Secara khusus masa remaja dihadirkan dengan penuh kekuatan fisik dan intelektual karena remaja adalah orang dewasa hari esok (*rijālul-ghad*) dan bapak di masa depan (*ābāul-mustaqbal*). Remaja adalah pemimpin masyarakat (*qiyādatul-ummah*) masa depan sehingga pendidikan dan bimbingan kepada mereka menjadi sangat penting. Baiknya remaja hari ini adalah baiknya masyarakat masa depan. Demikian sebaliknya, rusaknya remaja hari ini adalah rusaknya masyarakat masa depan. Oleh sebab itu, sebelumnya remaja dibimbing pada kebaikan maka Allah SWT akan memberi manfaat dengan kehadiran mereka (*Fain kāna taujihuhu ilal-khairi qablahu wa nafa'allāhu bihi*).

C. Konsep Tadabbur dan Superioritas Al-Quran dalam Kehidupan Manusia

1. Definisi Tadabbur

Ibnu Muflih (2009, hlm. 17-20) menjelaskan bahwa secara etimologis, kata tadabbur berasal dari tiga huruf *da-ba-ra* (dibaca: *dabaro*). Kata ini mengandung beberapa pengertian, antara lain: (a) *adz-dzihāb wal-inshirāf*, yaitu pergi dan meninggalkan; (b) *muakhhiratusy-syai-i*, yaitu mengakhirkan sesuatu dengan maksud mengabaikan; (c) *an-nazhru fī 'awāqibil 'umūr wa awākhirihi*, yaitu mempertimbangkan akibat dan hasil akhir dari suatu urusan; *ataqātha'u wal-hijrāni*, yaitu memutuskan hubungan; (d) *at-tajāwuzu*, yaitu menyeberangi atau melewati; (e) *at-tattabi' wat-ta'aqqub*, yaitu melacak; (e) *rīhun khāshshatun;* yaitu angin khusus yang disebut *ad-dabūr* atau angin barat; (f) *al-harst*, yaitu mencangkul atau membajak; (g) *at-tathfīl*, yaitu lembut (*soft*) dan lentur (*supple*); *al-faliy*, yaitu menemukan sesuatu yang tersembunyi; (h) *al-iqtidāh*, yaitu memfitnah atau mengumpat yang digunakan sebagai majaz untuk kata tendensi atau mengarah pada seseorang sesuatu; (i) *at-ta'aqqul*, yaitu menggunakan akal, kewarasan dan kesadaran.

Ibnu Faris (Al-Umar, 2013, hlm. 124) menjelaskan bahwa tadabbur adalah *ākhirusy-syai-i* (ujung dari sesuatu). Al-Azhari (Al-Umar, 2013, hlm. 124) menjelaskan bahwa tadabbur adalah "*an yudabbiral-rajulu amrahu wa yatadabbarahu ai yanzhuru fī 'awāqibihi* [seseorang memperhatikan akibat akhir dari suatu urusan, itulah tadabbur]." Ibnu Manzhur (Al-Umar, 2013, hlm. 124) menjelaskan bahwa "*at-tadabburu fil-amri an tanzhura ilā mā taūlu ilaihi 'āqibatahu wat-tadabburu at-tafakkuru fīhi* [tadabbur dalam suatu urusan adalah meninjau pada apa-apa yang menjadi akibatnya karena tadabbur adalah berpikir tentang hal tersebut]". Al-Maidani (Al-Lahim, 1425: 14) menjelaskan bahwa tadabbur adalah "*at-tafakkurusy-syāmilu al-wāsilu ilā awākhiri dilālātil-kalimi wa marāmīhil-ba'īdah* [berpikir secara menyeluruh hingga membawa pada penghujung dalalat perkataan dan tujuan yang sangat mendalam]."

Berkaitan dengan Al-Quran, As-Sa'di (Tt, hlm. 189-190) menjelaskan bahwa: "*At-Ta-ammulu fī ma'ānīhi wa tahdīqil-fikri fīhi wa fī mabādi-ihi wa 'awāqibihi wa lawāzimi dzālik* [merenungkan makna-makna dan memfokuskan pikiran pada awal dan akhir dari materi tersebut]". Al-Lahim (1425, hlm. 14) memperkuat pengertian tersebut, bahwa: "*Huwa at-tafakkuru wat-ta-ammulu li āyātil-qurāni min ajli fahmihi wa idāriki ma'ānīhi wa hukmihi wal-murādu minhu* [memikirkan dan merenungkan (berkontemplasi) terhadap ayat-ayat al-quran disebabkan oleh pemahaman dan pengetahuan terhadap makna-makna, hikmah-hikmah, dan maksud-maksudnya]." Al-Umar (2013, hlm. 124-125) bahwa:

> "*An yattakhidza at-tāliy lil-Qurāni wadh'an minhu bihaitsu yatamakkanu min ijtinā-i tsamarātihi wa ma'rifati madhmūmi khithābihi wa ma'nāhu wa marmāhu wa yatamatstsalu dzālika fī khutuwātin wa dhawābitin wa syurūthin lāzimin* [mengambil area yang memungkinkan mendapatkan hasil/buah dari Al-Quran berupa pemahaman terhadap kandungan apa yang dikomunikasikan dalam pesan ayat, makna, tujuan dan yang semisalnya secara bertahap dan sesuai dengan syarat-syarat yang lazim]".

Berdasarkan pengertian-pengertian tentang Tadabbur Al-Quran dapat dipahami bahwa Tadabbur Al-Quran adalah upaya untuk merenungkan atau berkontemplasi dengan menghadirkan hati dan mengerahkan pikiran untuk memahami makna-makna yang terkandung dalam Al-Quran dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang logis demi mencapai pengertian yang baru yang sesuai dengan kaidah-kaidah yang telah ditetapkan secara bahasa Arab dan prinsip-prinsip ideologi (aqidah) dan legislasi (syariah) demi mendapatkan hikmah (*reasonableness*) dan ibrah atau pelajaran (*lesson*) yang bermanfaat bagi kehidupan yang lebih baik, penuh makna, sarat dengan kebahagiaan (*happiness*) dan kedamaian (*peacefulness*).

2. Kata Tadabbur dalam Al-Quran

Berdasarkan hasil penelusuran dari asal kata *dabara*, di dalam Al-Quran terdapat 44 ayat yang memuat kata yang berakar pada kata *dabara*. Sedangkan kata yang secara jelas memuat kata tadabbur yang semuanya diungkapkan melalui

bentuk kata kerja imperektum (*al-fi'lul-mudhari'*) terdapat pada 4 ayat. Penggunaan kata kerja imperektum dalam kata tadabbur menunjukkan bahwa perbuatan tadabbur adalah perbuatan yang belum selesai, sedang, dan akan terus berlangsung. Adapun keempat ayat tersebut, antara lain:

a. *Yatadabbarūna,* terdapat dalam Al-Quran Surat An-Nisaa [4]: 82, yang berbunyi, "*Afalā yatadabbarūnal-qurāna; walau kāna min 'indi ghiril-lāhi lawajadū fīhi-ikhtilāfan katsīran* [Maka tidaklah mereka menghayati (mendalami) Al-Quran? Sekiranya (Al-Quran) itu bukan dari Allah, pastilah mereka menemukan banyak hal yang bertentangan]." Selanjutnya dalam Al-Quran Surat Muhammad [47]: 24, yang berbunyi, "*Afalā yatadabbarūnal-qurāna; am 'alā qulūbin aqfāluhā* [Maka tidaklah mereka menghayati Al-Quran, atau hati mereka sudah terkunci]."
b. *Yaddabbaru,* terdapat dalam Al-Quran Surat Al-Mu'minun [23]: 68, yang berbunyi, "*Afalam yaddabbarul-Qaula am jā-ahum mā lam ya'ti ābā-ahumul-awwalūn* [Maka tidaklah mereka menghayati firman (Allah), atau apakah telah datang kepada mereka apa yang tidak pernah dating kepada nenek moyang mereka terdahulu]."
c. *Liyaddabbaruu,* terdapat dalam Al-Quran Surat [38]: 29, yang berbunyi, "*Kitaabun anzalnaahu ilaika* ***liyaddabbaruu aayaatihii*** *wa liyatadzakkara ulul-albaab* [Kitab (Al-Quran) yang Kami turunkan kepadamu penuh berkah agar mereka menghayati ayat-ayatnya dan agar orang-orang yang berakal sehat mendapat pelajaran]."

Ibnu Abbas seorang mufassir dari kalangan shahabat dalam *Tanwīrul Miqbās* (1992, hlm. 99, 363, 480, 540), menjelaskan bahwa yang dimaksud tadabbur dalam semua ayat dalam Al-Quran adalah tafakkur, yaitu memikirkan dan merenungkan ayat-ayat Al-Quran, tidak membeda-bedakan satu ayat dengan ayat yang lain dalam kebenaran semua yang dijanjikan Allah di dalamnya. Ibnu Katsir, seorang mufassir Abad ke-7 Hijriah dalam Tafsir Al-Quranil-'Azhim (Tt, I, hlm. 518; III, hlm. 183, 254; IV, hlm. 33) menjelaskan bahwa yang dimaksud tadabbur

dalam semua ayat dalam Al-Quran adalah membacanya, menghapalnya, memahami makna-makna, hikmah-hikmah, dan lafadz-lafadznya, membuka hati dan tidak menolaknya, menegakkan dan mengamalkan hukum-hukumnya.

Jalaluddin Muhammad bin Ahmad Al-Mahalli dan Jalaluddin Abdurrahman bin Abu Bakar As-Suyuthi, dua orang mufassir Abad ke-8 Hijriah (Tt, hlm. 75, 429) menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan tadabbur dalam semua ayat Al-Quran adalah merenungkan makna-makna dan mengetahui kebenaran. Muhammad Hasan Al-Hamshi (Tt, hlm. 91) menjelaskan bahwa makna tadabbur adalah merenungkan dan memikirkan isi kandungannya. Sedangkan Abdurrahman bin Nashir As-Sa'di, seorang mufassir Abad ke-18 dalam Taisiril-Karīmir-Rahmān fī Tafsīri Kalāmil-Mannān (1344, hlm. 154) menjelaskan bahwa kata tadabbur pada QS. An-Nisa [4]: 82 mengandung makna perenungan terhadap makna-makna, balasan-balasan kebaikan dan balasan keburukan, kemestian-kemestian, serta memperindah pikiran di dalamnya.

3. Tujuan dan Manfaat Tadabbur Al-Quran

As-Sa'di (1344, hlm. 154) menjelaskan bahwa melalui tadabbur Al-Quran maka seseorang akan lebih mengenal *Rabbul Ma'būd*, yaitu Tuhan yang berhak untuk disembah; yang memilili sifat-sifat yang sempurna; yang bersih dari segala kekurangan. Melalui pengenalan kepada Tuhannya tersebut, seseorang akan mengetahui jalan untuk menuju kepada Tuhannya tersebut; mengetahui sifat-sifat dan karakter manusia-manusia yang akan menjadi *Ahlullāh* ("keluarga Allah") sehingga ia akan mengidentifikasi diri dengannya; mengetahui ciri-ciri dan karakter musuh yang menjauhkan dirinya dari Tuhannya dan mencelakakan dirinya dalam siksa yang menghancurkan.

Lebih lanjut, As-Sa'di (1344, hlm. 154) memperinci tentang hakikat tadabbur Al-Quran, antara lain sebagai: (a) kunci untuk ilmu dan pengetahuan, (b) sumber berbagai macam disiplin ilmu, (c) penghasil kebaikan, (d) penambah iman dalam hati, dan (e) pemerkokoh tegaknya pohon iman. Adapun mengenai

manfaatnya, As-Sa'di (1344, hlm. 154) menjelaskan bahwa tadabbur Al-Quran akan mengangkat seseorang pada derajat yakin bahwa: Al-Quran adalah Kalamullah; Allah selalu melihat (mengawasi)-nya; segala kisah dan hukum-hukum di dalamnya adalah benar; Al-Quran adalah pegangan hidup yang sempurna dan mencakup segala urusan.

Al-Lahim (1425, hlm. 26) menjelaskan tujuan mentadabburi Al-Quran, antara lain:

(a) *qirā-atul-qurān li ajlil-ilmi* [membaca Al-Quran dengan tujuan mendapatkan ilmu]. Ilmu yang dimaksud adalah ilmu untuk mendapatkan kesuksesan, kebahagiaan, kehidupan yang baik, jiwa yang tenang/damai, rejeki yang halal dan luas, keamanan di dunia dan akhirat; intinya ilmu yang melahirkan motivasi yang tinggi untuk menjauh dari keburukan dalam hidup, yaitu ilmu mengenal Allah dan hari akhir;

(b) *qirā-atul-qurān biqashdi al-'amalu bih* [membaca Al-Quran dengan maksud untuk mengamalkannya];

(c) *qirā-atul-qurān bi-qashdi al-munājatul-lāh* [membaca Al-Quran dengan maksud bermunajat kepada Allah];

(d) *qirā-atul-qurān bi-qashdi ats-tsawāb* [membaca Al-Quran dengan maksud untuk mendapatkan pahala kebaikan];

(e) *qirā-atul-qurān bi-qashdi al-istisyfā-u bih* [membaca Al-Quran dengan maksud untuk terapi (jiwa dan fisik)];

Kalu (2013, hlm. 11) menyebutkan beberapa manfaat dari Tadabbur Al-Quran, antara lain: (a) *hushūlul-yaqīn fil-qalb* [menghasilkan keyakinan dalam hati]; (b) *ziyādatul-īmān* [bertambah keimanan karena bertambahnya kepahaman terhadap Al-Quran]; (c) *al-hidāyah ilal-'ilmīsh-shahīhun-nāfi' wa daf'u 'anhum amrādhul-qalbi wal-abdān* [menunjuki kepada pengetahuan yang benar]; (d) *ma'rifatu haqīqatud-dunya, zhillun zāilun wa katsīruhā qalīlun* [mengetahui hakikat dunia, tempat berlindung yang hanya sejanak, banyaknya adalah sedikit]; (e) *al-'itisham bi hablillāhi wal-ijtimā'i ba'dat-tafarraqah* [berpegang pada tali

Allah dan persatuan setelah perpecahan]; (f) *asy-syu'ūr bil-amni wal-hidāyah* [merasa aman dan mendapat petunjuk]; (g) *hushūlul-khasyyah wa layyinul-qulūb min dzikrillāh* [menghasilkan *khasyyah* (rasa takut kepada Allah) dan kelembutan hati dari mengingat kepada Allah].

Individu yang menetapkan tujuan untuk mendapatkan manfaat dari mentadabburi Al-Quran dalam kehidupannya, maka ia akan selalu mengontrol dirinya (*self control*) karena memiliki sifat *murāqabah* (selalu merasa diawasi oleh Tuhannya). Seolah-olah dia melihat Tuhannya padahal sesungguhnya dirinya tidak bisa melihat Tuhannya tersebut. Dengan kata lain, individu yang memiliki sifat *muraqabah* adalah seseorang yang berpeluang untuk memiliki karakter *Muhsin*, yaitu derajat tertinggi dalam keberagaam seseorang di atas derajat *Muslim* dan *Mu'min*.

Jika dikaitkan dengan teori *spirituality* dan *spiritual intelligence*, maka seorang individu yang dapat mengambil manfaat dari tadabbur Al-Quran adalah seseorang yang telah sampai pada suatu titik, yang dalam istilah Zohar & Marshall (2000) disebut "God Spot" atau "Titik Tuhan". Artinya, orang tersebut telah mencapai suatu kecerdasan puncak (*the ultimate intelligence*) untuk mampu menghadapi segala persoalan dan tantangan hidup dan mencapai kebahagiaan yang hakiki. Jika "Titik Tuhan" yang dimaksud oleh Zohar & Marshall tidak spesifik kepada Allah SWT, tetapi dalam konteks Tadabbur Al-Quran, yang dimaksud "Titik Tuhan" tersebut adalah Allah SWT. Maksud dari penyebutan ini hanya untuk meminjam istilah saja. Dengan kata lain, setiap individu yang telah mendapatkan manfaat dari mentadabburi Al-Quran, maka pada hakikatnya telah mencapai derajat cerdas secara spiritual.

4. Kunci dan Tahapan Tadabbur Al-Quran

Mentadabburi Al-Quran dapat dilakukan oleh siapa saja melalui beragam cara, wahana, dan *washilah* (*path* atau *intermediary*). Seseorang dapat melakukannya secara mandiri untuk dirinya sendiri. Seorang pendakwah atau

penceramah dapat melakukannya melalui proses pengajian atau majelis taklim kepada audiennya. Seorang guru dapat melakukannya dalam proses pembelajaran kepada murid-muridnya. Seorang ayah dan atau ibu dapat melakukannya di rumah kepada putra dan putrinya. Demikian pula seorang konselor dapat melakukannya untuk konseli melalui proses bimbingan dan konseling.

Setiap orang boleh jadi mentadabburi Al-Quran dengan caranya sendiri-sendiri. Masing-masing orang berbeda-berbeda dengan segala dinamika prosesnya. Tetapi, tujuannya sama, yaitu untuk mendapatkan pemahaman dan mengambil faedah (*istifādah*) untuk mendapatkan kondisi mental yang lebih bahagia dan damai dengan ayat-ayat yang agung. Demi mendapatkan kualitas hidup yang lebih bahagian dan damai, maka setiap individu yang akan mentadabburi Al-Quran, hendaknya mengetahui kunci sehingga mentadabburinya melalui tahapan-tahapan yang benar mendapatkan makna-makna yang dicari.

Al-Lahim (1425, hlm. 34) menjelaskan bahwa Al-Quran adalah kunci bagi seseorang untuk dapat menghidupkan hati yang hampa sebagaimana air hujan dapat menghidupkan tanah yang kering kerontang. Oleh sebab itu, agar hatinya dapat dihidupkan dengan Al-Quran, maka seseorang harus memiliki kunci-kunci pembuka tadabbur Al-Quran. Kunci-kunci tersebut, antara lain:

a. Cinta terhadap Al-Quran dapat diresapkan dan dikuatkkan dalam hati manusia. Menumbuhkan rasa cinta terhadap Al-Quran sangat penting karena apabila hati mencintai sesuatu maka dirinya akan tergantung pada yang dicintainya, rindu kepadanya, sangat mengharapkannya dan berpaling dari selainnya. Hati (kalbu) adalah alat untuk pemahaman dan akal dan hati manusia berada dalam genggaman (penguasaan) Allah. Al-Lahim (1425, hlm. 20-21), tanda-tanda seseorang memiliki kecintaan kepada Al-Quran dapat diobservasi melalui indikator-indikator sebagai berikut: (1) senang ketika bertemu dengan Al-Quran; (2) duduk bersamanya dalam waktu yang cukup lama tanpa rasa jenuh; (3) rindu kepada Al-Quran ketika lama tidak bertemu dan terhalang beberapa rintangan yang menghadangnya; (4) ada usaha untuk bertemu dengannya dan menelaahnya

sambil berusaha menghilanghkan rintangan-rintangan yang menghalanginya tersebut, lalu berdialog dengan Al-Quran, percaya pada arahan-arahan, dan selalu merujuk kepada Al-Quran ketika menghadapi masalah-masalah kehidupan, baik yang kecil maupun yang besar; dan (5) berusaha taat kepada Al-Quran, baik dalam hal perintah maupun larangan. Adapun konektor agar hati mencintai Al-Quran, menurut Al-Lahim (1945:) adalah: (a) tawakkal kepada Allah dan memohon pertolongannya; (b) melakukan sebab-musabab melalui media afirmasi tentang keutamaan Al-Quran, baik dari *nash-nash* (*script/text*) Al-Quran, hadits Nabi, maupun perkataan para ulama salafush-shalih.

b. Menetapkan tujuan membaca atau mendengarkan Al-Quran. Hal yang sangat penting dalam proses tadabbur Al-Quran adalah menghadirkan niat. Secara prinsip, segala aktivitas yang dilakukan oleh seseorang akan menggambarkan kadar dan kualitas dari niatnya. Oleh Sebab itu, Al-Lahim (1425, hlm. 30-41) menjelaskan segala panjang lebar mengenai pentingnya menghadirkan niat atau tujuan sebelum mentadabburi Al-Quran. Secara terperinci, tujuan-tujuan mentadabburi Al-Quran dapat diarahkan untuk: (1) mendapatkan ilmu; (2) mengamalkan ilmu tersebut; (3) bermunajat dan memohon; (4) mendapatkan pahala; (5) mencari kesembuhan.
c. Manfaat dari tujuan untuk mendapatkan ilmu. Al-Lahim (1425, hlm. 28-29) menjelaskankan bahwa tujuan mendapatkan ilmu dari Al-Quran berkaitan dengan mengenal Allah dengan segala nama dan sifatnya yang sempurna. Selanjutnya mengenal berbagai perintah dan larangan dari Tuhannya. Dan terakhir mengenal Rasul, yaitu utusan Allah (Tuhan) yang membawa Al-Quran dan mengajarkan sunnah kepada umatnya (manusia). Dengan mengenal ketiga hal tersebut, maka seseorang akan mendapat jaminan untuk dapat mewujudkan kesuksesan hidup, kebahagiaan, kebaikan, jiwa yang tenang, dan kesejahteraan melalui rezeki yang halal, lapang dan luas.
d. Manfaat dari tujuan untuk mengamalkan ilmu. Berkaitan dengan tujuan mengamalkan ilmu yang sudah didapatkan, Al-Lahim (1425, hlm. 36)

menjelaskan bahwa mengamalkan ilmu yang telah didapatkan dalam Al-Quran adalah dalam kerangka mengaplikasikan petunjuk ilmiah untuk memungsikan jiwa dan menjaganya, mendidikan jiwa agar terarah terutama dalam mencari solusi bagi setiap permasalahan atau memperbaiki kesalahan yang pernah diperbuatnya.

e. Manfaat dari tujuan untuk bermunajat dan bermohon. Hakikat membaca atau mendengarkan Al-Quran adalah berdialog dengan Allah. Seseorang yang sedang membaca atau mendengarkan Al-Quran adalah objek yang sedang diajak berbicara oleh Allah. Oleh Sebab itu, Ibnul Qoyyim dalam Kitab Al-Fawaaid, I/ menjelaskan keharusan seseorang untuk menjulurkan pendengaran dan menghadirkan hati pada saat membaca atau mendengarkan Al-Quran karena sesungguhnya Allah (Tuhan) sedang mengajak berbicara dengan perantaraan Rasul-Nya. Dialog seorang hamba dengan Tuhannya adalah kesempatan untuk bermunajat (memohon). Ini adalah kesempatan yang sangat luas dan besar bagi seseorang untuk mendapatkan pertolongan dari segala kesulitan dan mendapatkan segala apa yang diinginkannya. Al-Lahim (1425, hlm. 38-39) menjelaskan bahwa pada saat bermunajat dengan Al-Quran, maka ada lima makna yang terkandung di dalamnya, bahwa: (1) Allah mencintainya; (2) Allah melihatnya; (3) Allah mendengarkan permohonannya; (4) Allah memujinya; dan (5) Allah memberinya balasan kebaikan.

f. Manfaat dari tujuan untuk mendapatkan Pahala. Tujuan membaca atau mendengarkan Al-Quran untuk mendapatkan pahala pada hakikatnya adalah upaya untuk menumbuhkan sikap optimisme yang dapat mendorong seseorang untuk selalu bahagia dan senang dalam kehidupannya. Seseorang yang berharap pahala dari membaca atau mendengarkan bacaan Al-Quran diibaratkan seperti seseorang yang diundang dalam perjamuan yang di dalamnya disajikan makanan dan minuman yang enak dan lezat. Tentu, secara humanistik seseorang tersebut akan merasa bahagia dan termotivasi untuk memenuhi udangan perjamuan tersebut. Berkaitan dengan tujuan ini, Al-Lahim (1425, hlm. 43) mengutip

Hadits Riwayat Ad-Darimi, nomor 3173 dari Abu Hurairah, bahwa Rasulullah saw bersabda, yang artinya bahwa, "*Sesungguhnya Al-Quran ini adalah perjamuan Allah, maka ambillah (datangilah) ia (perjamuan itu) semampu kalian. Sesungguhnya aku tidak mengetahui suatu kebaikan yang lebih kosong dari rumah yang di dalamnya tidak terdapat sedikitpun Al-Quran. Sesungguhnya hati yang tidak ada sedikitpun Al-Quran padanya adalah hati yang rusak seperti rusaknya rumah yang tidak berpenghuni*."

g. Manfaat dari tujuan untuk penyembuhan (*healing*). Adapun tujuan membaca Al-Quran untuk mencari kesembuhan berkaitan dengan aksioma bahwa Al-Quran adalah media terapi atau healing bagi hati dan berbagai penyakit yang timbul karena dorongan keburukan dan keragu-raguan. syahwat dan syubhat serta bisikan-bisikan keburukan. Al-Lahim (1425, hlm. 44) menjelaskan bahwa Al-Quran adalah obat bagi tubuh dari berbagai penyakit yang diakibatkan oleh syahwat, syubhat, dan bisikan-bisikan (keburukan) baik yang memaksa maupun tidak. Setiap kali seseorang menghadirkan tujuan ini maka ia akan mendapatkan dua obat, yaitu obat *ilmi ma'nawi nafsi* untuk penyakit jiwa (rohani) dan obat *madi madani*, yaitu materi untuk tubuh (jasmani). Rasulullah bersabda, "*Khairud-dawā-i Al-Qurān* [sebaik-baiknya obat adalah Al-Quran]." Al-Lahim (1425, hlm. 45) menjelaskan bahwa penyembuhan (*healing*) dengan Al-Quran dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu: ***Pertama***, membacanya ketika shalat, terutama di waktu akhir malam dengan tujuan untuk penyembuhan (healing). ***Kedua***, me-*ruqyah* (menjampik) dengan menggunakan Al-Quran. Sebab setiap hembusan yang keluar dari bacaan ayat-ayat Al-Quran memiliki pengaruh yang sangat besar bagi kekuatan dan kebugaran, kesehatan dan kesembuhan yang tidak dapat dicapai oleh racikan daun-daun atau ramuan apotek.
h. Membacanya dalam shalat. Al-Lahim (1425, hlm. 46) menjelaskan bahwa shalat adalah rumah idaman yang di dalamnya ada ruang tadabbur Al-Quran sebagai wahana untuk mengambil manfaat darinya. Malalui shalat, seseorang akan diingatkan terhadap ayat-ayat Al-Quran sehingga akan selalu hadir dalam hati di

setiap saat, terutama dalam situasi kehidupan yang sulit, sempit, dan penuh cobaan. Berkumpulnya Al-Quran dan shalat dapat diibaratkan seperti berkumpulnya oksigen dan hidrogen. Perpaduan keduanya akan menghasilkan air yang dapat bermanfaat bagi tubuh. Demikian pula dengan Al-Quran dan shalat, perpaduan keduanya akan menghasilkan "air" yang sangat bermanfaat bagi kehidupan, kesehatan, dan kekuatan hati.

i. Membacanya di waktu malam. Imam An-Nawawi (I/34) menjelaskan bahwa shalat malam dan membaca Al-Quran di waktu malam akan mampu memusatkan hati, menjauhkan dari kesibukan, kesia-siaan, dan berlebih-lebihan dari kebutuhan. Ibadah di waktu malam lebih terjadi dari sikap riya (ingin dipuji manusia) dan perbuatan yang merusak ibadah. Al-Lahim (1425, hlm. 51) menjelaskan bahwa perumpamaan membaca Al-Quran bagi hati ibarat menyirami tanaman. Tentunya, menyirami tanaman bukan di waktu terik matahari karena akan melemahkan pengaruhnya terutama bila kadar airnya sangat sedikit maka ia akan segera menguap. Demikian halnya membaca Al-Quran, apabila dilakukan di waktu siang yang penuh hiruk pikuk dan kesibukan, maka makanan-makanan (rohani) yang masuk ke dalam hati akan menguap dan tidak berpengaruh. Membaca Al-Quran di waktu malam akan membuahkan kejernihan dan ketenangan. Tidak ada suara-suara yang mengganggu telinga dan tidak ada gambar-gambar yang menggangu mata. Seseorang akan memperoleh konsentrasi penuh yang akan mengarahkannya kepada kekuatan tadabbur dan perenungan. Selain itu, membacanya di waktu malam akan menguatkan hafalan dan melekatkan makna-makna Al-Quran ke dalam hati.

j. Membaguskan bacaannya. Abu Hurairah r.a pernah mendengar Rasulullah SAW. bersabda, "*Mā adzinallāhu lisyai-in, mā adzina linabiyyin hasanish-shauti, yataghonna bil-qurani yajharu bihi* [Tidaklah Allah mendengarkan sesuatu suara yang lebih baik dari Nabi melainkan ketika membaguskan bacaan Al-Quran dan mengeraskannya]." Makna *adzina* dalam hadits ini adalah *istima'a* atau mendengar. Dalam Hadits lain yang diterima dari Fadhalah bin

Ubaid r.a, ia pernah menceritakan bahwa Nabi saw pernah bersabda, "*Lillāhi asyaddu ilal-rajulil-hasanish-shauti bil-qurāni yajharu bihi min shāhibil-qainati ilā qainatihi* [Allah lebih menyimak bacaan Al-Quran seseorang yang bagus dan keras suaranya daripada pecinta nyanyian yang mendengarkan nyanyiannya]."

Al-Ahdal (1429, hlm. 168) menjelaskan beberapa jalan atau cara-cara dalam mengambil pelajaran melalui Tadabbur Al-Quran, antara lain: (a) *al-ikhlāshu sirrun-najāh fit-tadabbur wal-fahmi* [ikhlas adalah rahasia kesuksesan dalam tadabbur dan pemahaman]; (b) *al-isti'dādun-nafsi lit-tadabbur* [mempersiapkan diri untuk tadabbur]; (c) *ad-du'ā-u bi-anna yarzuquhullāh at-tadabbur* [berdoa agar diberikan rezeki berupa kemudahan bertadabbur]; (d) *murāqabatul-insān li nafsihi wa muhāsabatuhā atsnā-al-qirā-ah* [mengawasi diri dan mengevaluasi proses membaca]; (e) *ta'widun-nafsi 'alat-ta'nī fī qirā-atul-qurān wa 'adamil 'ajlah* [melatih diri untuk perlahan-lahan dan tidak tergesa-gesa]; (f) *i'tibārul-fardi annahul-maqshūdu (wa laisa ghairuhu) bi kulli khithābin fil-qurāni* [mengambil pelajaran secara personal bahwa pada setiap pembicaraan dalam Al-Quran dimaksudkan pada Allah bukan pada yang lain]; dan (g) *mulāzimatil-wardil-qurānī* [membiasakan wirid dengan ayat-ayat Al-Quran].

Berdasarkan kunci-kunci pembuka untuk mendapatkan makna yang terkandung dalam setiap ayat Al-Quran, kunci ikhlas dalam mencintai Al-Quran merupakan kunci pertama untuk membuka gerbang pertama memasuki ruang Tadabbur Al-Quran. Tidak terbukanya gerbang pertama ini secara otomatis menutup peluang untuk memasuki ruang-ruang berikutnya. Al-Bayanuni (Tersedia: http://saaid.net/rasael/776.htm [20 November 2016]) menjelaskan langkah-langkah dalam mentadabburi Al-Quran sebagai berikut: Pertama, *tanwīrul bashīrah bil-iqbāli 'alal-lāhi ta'āla wal-qurbi mimma yuhibbuhullāhu wal-imtitsāli liamrihi wal-ibti'ādu 'amma nahā 'anhu* [menyinari pikiran dengan menerima Allah Ta'ala melalui pendekatan pada segala yang dicintai Allah, melaksanakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya].

Kedua, *istisy'āru 'azhamatil-qurān wa dzālika bil-yaqīnit-tāmmi biannaka ma'al-qurān hayyun wa bidūnihi mayyitun, wa ma'al-qurān mubsirun wa bi dūnihi a'mā, wa ma'al-qurān muhtadin wa bi dūnihi dhāllīn* [merasakan keagungan Al-Quran dengan keyakinan yang sempurna bahwa bersama Al-Quran, hati menjadi hidup dan tanpanya menjadi mati, bersama Al-Quran pikiran menjadi cemerlang dan tanpanya menajdi buta, dan bersama Al-Quran mendapatkan petunjuk dan tanpanya menjadi tersesat].

Ketiga, *an yahsaba annal-mukhātaba bil-Qurānil-karīm* [membayangkan bahwa Allah sedang berbicara melalui Al-Quran]. Keempat, *ma'rifatun annal-qurāna lā tanqadhi 'ajāibuhu, wa lā yaqtashiru 'alā mā warada fī tafsīril-āyāt, bal yu'milul-fikra wan-nazhara wa yata-ammalu fil-āyāti wa mā tadullu 'alaihi* [mengetahui bahwa Al-Quran tidak akan habis keajaibannya karena apa yang telah ditafsirkan, bahkan akan mengoperasikan pikiran dan analisa serta melengkapi tafsir ayat dan yang menunjukkan kepadanya].

Kelima, *tikrārul-āyati wa tardīduha, wal-'audatul-mutajādidatu lil-āyāt, fadzālika lahu atsarun 'azhīmun fī hudhūril-qolbi wa istihdhārul-āyāt wat-ta-atstsuri bihā* [mengulang ayat dan memperbaharui pengulangan ayat dalam menghadirkan hati dan mengkombinasikan dengan ayat dan merasakan pengaruhnya]. Keenam, *at-tafā'ulu bis-suāl wat-ta'ūdzu wal-istighfār wa nahwihi 'inda munāsibati dzālik* [memberikan reaksi dengan memohon, meminta perlindungan, beristighfar, dan yang sejenisnya ketika membaca ayat yang sesuai dengan ucapan-ucapan itu].

Ketujuh, *al-qirā-atu bi-ta'nin wa hudū-in, wa tafā'ulu ma'al-āyāti bi hudhūril-qalbi, wa ilqais-sam'i wa im'ānin-nazhari, wa i'mālil-'aqli. Falā yakūnu hammuhul-iktsāra minal-qirā-ati bidūni ta-ammulin wa fahmin limā yaqrauhu* [membaca dengan hati-hati dan perlahan-lahan serta meresponnya dengan menghadirkan hati, memperhatikan bacaan tilawah, melihat lebih dekat, dan realisasikan pikiran. Konsentrasi utamanya adalah tidak membaca tanpa refleksi dan pemahaman apa yang dibaca]. Kedelapan, *al-ithlā'u 'alā mā wurida fī tafsīril-*

āyat wal-audatu ilā fahmis-salaf lil-āyati wa tadabburihim lahā wa ta'ammulihim ma'ahā [akses kepada apa yang dinyatakan dalam penafsiran ayat dan kembali kepada pemahaman salafush-shalih tentang ayat dan perenungan serta pemahaman mereka tentangnya].

Kesembilan, *fahmul-lughatil-'arabiyyah allatī nuzila bihal-qurānu wa ma'rifatu ma'ānil-kalimāti wa dilalatihā wa mā tūhii ilaihi minal-lathāifi wazh-zhilāl, fal-qurānu nuzila bi lisānin 'arabiyyin munīn, fakulamā izdādal-insānu ma'rifatan billughatil-'arabiyyah istathā'a an yafhamal-qurāna bi tharīqati afdhalu, wa adraka min balaghatihi wa i'jāzihi ma yuharrikul-qulūba wa yubhirul-albābi* [memahami bahasa Arab yang Al-Quran diturunkan dengannya, mengetahui makna-makna kalimat dan konsep, asal-usul dan nuansa bahasa, dengan demikian Al-Quran yang diturunkan dalam bahasa Arab yang jelas, setiap kali seseorang bertambah pengetahuan bahasa Arab maka bertambah kemampuan untuk memahami Al-Quran dengan metode yang lebih utama, serta pengetahuan tentang ilmu balaghoh dan kemukjizatannya menggerakkan hati dan menerangi intuisi].

Kesepuluh, *an yarbithal-insānu baina āyātil-qurāni wal-wāqi'il-ladzī ya'īsyuhu wa yaj'ala minal-āyāti munthaliqan li islāhi hayātihi wa wāqi'ihi, wa mizānan liman haulahu wa mā yuhīthu bihi* [mengaitkan manusia di antara ayat-ayat Al-Quran dengan realitas kehidupan dan menjadikan ayat-ayat sebagai pengurai untuk restorasi kehidupan dan realitasnya dan menjadi timbangan penyeimbang bagi sekitarnya serta mempengaruhinya]. Kesebelas, *at-ta-ammulu fī siyāqil-āyah, fas-siyāqu yatakūnu minas-sibāq wal-lahāq; fas-sibāq huwa mā qablal-āyah, wal-lahāqu mā ba'dal-āyah* [merenungkan konteks ayat yang terdiri dari *sibaq* dan *lahaq*; *sibaq* berada sebelum ayat dan lahaq berada setelah ayat].

Keduabelas, *at-tasāulu*; *bi an yas-alal-qāriu nafsahu; limādza ubtudias-sūrah awil-āyah bidzālika wakhtutimat bi dzālika?, wa limādza jā-at bihādzas-siyāq?, wa li mādza hādzihil-lafzhah dūna ghairihā?, wa ghaira dzālik minat-tasāulāt, wat-tasāulu bimādzā yumkinu an a'mala bi hādzihil-āyah* [bertanya untuk mencari tahu; pembaca bertanya pada dirinya sendiri, seperti: mengapa surat atau

ayat ini dimulai dengan ini dan diakhiri dengan itu?, mengapa ayat ini muncul dengan konteks ini?, mengapa lafaz ini tanpa yang lainnya?, dan lain sebagainya, pertanyaan "mengapa" memungkinkan pembaca untuk mengaplikasikan ayat tersebut].

Ketigabelas, *an ya'ridhol-mu'minu nafsahu 'alā kitābillāh, fayanzhura fī shifātil-mu'minīn hal huwa minal-muttashifīn bihā, wa sifātil-munāfiqīna wal-kāfirīna hal huwa ba'īdun 'anhā, am annahu yattashifu bi syai-in minhā* [orang yang beriman hendaknya mempresentasikan dirinya kepada Kitabullah, meninjau sifat orang yang beriman, apakah pada dirinya terdapat sifat-sifat tersebut, lalu meninjau sifat-sifat munafik (*hypocrite*) dan kafir (*disbieliver*) apakah dirinya sudah jauh dari sifat-sifat tersebut, atau dirinya mensifati sesuatu darinya].

Al-Uwaid (2010, hlm. 18) menyebutkan delapan tahapan (*marāhil tsamāniyah*) dalam mentadabburi Al-Quran, antara lain: Pertama, *al-wuqūf 'alal-ātsāril-wāridati 'an rasūlillāhi shallallāhu 'alaihi wasallam tsummash-shahābah wa aimmatit-tābi'īn fil-āyāt, sawāun mā kāna bi fadhāilis-suwar au asbābin-nuzūl au tafsīr* [meneliti jejak-jejak dari Rasulullah SAW kemudian shahabat dan imam-imam tabi'in tentang ayat, keutamaan surat, sebab-sebab turunnya ayat, dan penafsirannya]. Kedua, *idrākul-ma'nal-lughawi lil-kalimātil-wāridati fil-āyati wa muqāranatihā bimā jā-a 'anis-salafi, tsummal-jam'u bainahumā li tahdīdil-ma'nal-kāmili wash-shahīhi lil-kalimāti nafsihā* [mengetahui makna bahasa untuk kata-kata yang terdapat dalam ayat dan analoginya berdasarkan pandangan para salaf, kemudian menggabungkan keduanya untuk menguatkan makna yang sempurna dan benar untuk kalimatnya].

Ketiga, *ma'rifati dalālati hurūfil-ma'āni allatī turbithu bainal-kalimāt* [mengetahui konsep huruf bermakna yang terkait di antara kalimat]. Keempat, *ma'rifatu dalātil-jumlati wa mā yata'allaqu bihā, ka jumlatil-ismiyyah wa fi'liyyah wa atsarit-taqdīm wat-ta'khīr* [mengetahui konsep kalimat dan yang terkait dengannya, seperti pengetahuan tentang kalimat yang diawali dengan kata benda dan kalimat yang diawali dengan kata kerja, hubungan antara pendahuluan dan

penutup, dan yang lainnya]. Kelima, *fahmu dalālatis-siyāq (as-sibāq wal-lahāq)* [memahami konteks, baik pendahuluan maupun urutan].

Keenam, *al-ihāthah bi maqsūdil-'ām lis-sūrah* [melakukan generalisasi melalui maksud umum untuk sebuah surat]. Ketujuh, *jam'u āyātil-ukhrā allatī tanazzalat fil-maudhū'i nafsihi minal-qurāni kullih liyaktamil-ma'nal-murāda lil-āyah* [menggabungkan ayat lain yang turun dalam satu tema dengannya dari Al-Quran seluruhnya untuk menyempurnakan makna yang dimaksud untuk ayat tersebut]. Kedelapan, *al-'ināyah bi tadbīril-akhbār wa-qashashul aimmati salafan wa khalafan ma'al-qurān, tsummal-istisyhādu bihā fii mahallihā fit-tafsīr* [memperhatikan kisah-kisah imam-imam terdahulu dan kontemporer bersama Al-Quran, kemudian memberikan kesaksiaan tentang situasinya dalam tafsir].

Beberapa aspek-aspek dari kunci tadabbur Al-Quran, oleh sebagian pakar dimasukkan dalam pembahasan mengenai sebab-sebab (*asbāb*) atau faktor-faktor yang dapat melahirkan suasana tadabbur Al-Quran. Sedangkan aspek-aspek dalam tahapan tadabbur, oleh sebagian pakar dimasukkan dalam pembahasan mengenai kaidah-kaidah tadabbur Al-Quran. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa aspek-aspek tersebut, jika disebut bersamaan memiliki perbedaan dan jika disebut secara terpisah memiliki persamaan.

5. Indikator Tadabbur Al-Quran

Seseorang yang telah memasuki wahana tadabbur Al-Quran, baik melalui proses membaca atau mendengarkan bacaan lalu maka akan nampak tanda-tanda dalam perilakunya. Al-Quran sendiri telah menyebutkan tanda-tanda dalam perilaku tersebut sebagai berikut: (a) menangis saat mendengar bacaan Al-Quran (QS. Al-Maidah [5]: 83]; bergetar hatinya (Al-Anfal [8]: 2] dan At-Taubah [9]: 124]; bertambah keimanan (Al-Anfal [8]: 2) dan Al-Qashash [28]: 53); bertambah ketawakalan kepada Allah (Al-Anfal [8]: 2); merasa senang dengan kabar-kabar gembira dalam Al-Quran (At-Taubah [9]: 124); menyungkur dan bersujud (Al-Isra [17]: 107); memuji Allah dan memahasucikan-Nya (Al-Isra [17]: 108); yakin

terhadap janji-janji Allah [Al-Isra [17]: 108); menyungkur, menangis, dan bertambah kekhusuan (Al-Isra [17]: 109 dan Maryam [19]: 84); tidak menulikan telinga dan membutakan mata (Al-Furqon [25]: 73); bergetar kulitnya (merinding) karena takut kepada Allah lalu tenang kembali ketika mengingat-Nya (Az-Zumar [39]: 23).

Berdasarkan ayat-ayat di atas, Al-Lahim (1425, hlm. 15) merangkumnya dalam tujuh tanda-tanda tadabbur, sebagai berikut: (a) menyatunya hati dan pikiran ketika membaca Al-Quran. Hal ini dibuktikan dengan berhenti di setiap ayat-ayat karena ketakjuban dan pengangungan; (b) menangis karena takut kepada Allah; (c) bertambahnya kekhusyuan; (d) bertambahnya iman. Bisa diketahui melalui pengulangan ayat-ayat secara spontan; (e) merasa bahagia dan gembira; (f) gemetar karena rasa takut kepada Allah Ta'ala kemudian diikuti dengan pengharapan dan ketenangan; dan (g) bersujud sebagai bentuk pengagungan terhadap Allah Ta'ala.

Al-Arnauth (Tersedia: http://vb.tafsir.net/tafsir32517/#.WFD7MVwm22k 2012 [Online]: Diunduh 14 Desember 2016) menguatkan pandangan Al-Lahim tentang tanda-tanda tadabbur tersebut, sebagai berikut: (a) menyatukan hati dan pikiran pada saat membaca Al-Quran. Tanda ini merujuk pada QS. Al-Furqan [25]: 73; (b) menangis karena takut kepada Allah. Tanda ini merujuk pada QS. Al-Maidah [5]: 83; (c) bertambah kekhusuan. Tanda ini merujuk pada QS. Al-Isra [18]: 107, 109; (d) bertambah keimanan. Tanda ini merujuk pada QS. Al-Anfal [8]: 2; berbahagia atas kabar gembira. Tanda ini merujuk pada QS. At-Taubah [10]: 124; (e) bergetar karena takut kepada Allah kemudian membiasakan berharap dan menenangkan diri. Tanda ini merujuk pada QS. Az-Zumar [39]: 23; dan (f) bersujud untuk mengagungkan Allah. Tanda ini merujuk pada QS. Maryam [19]: 58.

Ruwaisyid (2011, hlm. 11) menguatkan tanda-tanda tadabbur Al-Quran dalam enam indikator, sebagai berikut: (a) menyatunya hati dan pikiran ketika membacanya; (b) bercucuran air mata karena takut kepada Allah; (c) bertambahnya kekhusyuan; (d) bersujud untuk mengagungkan Allah; (e) bertambahnya keimanan

disertai kebahagiaan dan harapan atas kabar gembira yang disampaikan Al-Quran; dan (f) bergetar hati karena takut kepada Allah.

Indikator-indikator tadabbur ini idealnya didapatkan oleh setiap *mutadabbir* (orang yang mentadabburi Al-Quran). Namun, satu indikator saja atau lebih didapatkan maka akan sampaikan pada kondisi tadabbur dan tafakkur. Sebaliknya, siapa saja yang tisak mendapatkan kondisi dari indikator-indikator tadabbur Al-Quran, maka tidak akan mendapatkan harta karun yang sangat berharga dari Al-Quran. Al-Lahim (1425, hlm. 15) berpendapat bahwa "*fa man wajada wahidan min hādzihish-shifāt au aktsar faqad washala ilā hālatit-tadabbur wat-tafakkur, amma man lam yahshil ayyan min hādzihil-'alāmāt fahuwa mahrūmun min tadabburil-Qurān walam yasil ilā syai-in min kunūzihi wa dzakhāirihi*."

Indikator utama berdasarkan pendapat para pakar dengan merujuk pada ayat-ayat Al-Quran adalah bersatunya hati dan pikiran. Bersatunya kedua instrumen tersebut berpengaruh pada munculnya indikator-indikator yang lain. Hati dan pikiran adalah dua alat utama untuk mentadabburi Al-Quran. Ibarat gerbang, maka hati dan pikiran adalah dua belah pintu gerbang untuk memasuki tadabbur Al-Quran. Hati berada di sisi kanan dan pikiran ada di sisi kanannya.

6. Tingkatan Manusia dalam Mentadabburi Al-Quran

Sebagian pakar berpendapat bahwa tadabbur Al-Quran hanya dapat dilakukan oleh ahli yang menguasai ilmu-ilmu tertentu sebagai prasyarat. Hanya ulama yang dapat mentadabburi Al-Quran karena menguasai ilmu bahasa Arab, tafsir, dan keilmuan penunjang untuk memahami makna-makna terdalam dari Al-Quran. Pernyataan tersebut seolah-olah benar. Namun, jika merujuk pada ayat-ayat perintah untuk mentadabburi Al-Quran, maka setiap orang yang beriman dan berislam, maka dirinya berkewajiban untuk membaca dan menelaah isi kandungan Al-Quran sampai pada mengamalkan segala apa yang ada di dalamnya. Inilah yang dimaksud dengan hakikat tadabbur. Asy-Syinqithi (Al-Umar, 2013, hlm. 154) menjelaskan jika tadabbur Al-Quran hanya disyaratkan kepada orang yang

menguasai ilmu bahasa saja, maka orang-orang munafik dan orang-orang kafir pun mampu untuk menguasainya. Akan tetapi, realitanya orang munafik dan kafir tidak mau beriman kepada Al-Quran apalagi melaksanakan isi kandungan Al-Quran, yang hakikatnya merupakan pedoman hidup manusia.

Gambaran mengenai tingkatan manusia dalam membaca dan mentadabburi Al-Quran dapat dianalisa dari sabda Rasulullah SAW dalam Shahih Muslim (Tt, hlm. 549), bahwa:

> *"Matsalul-mu'mini alladzī yaqraul-Qurāna matsalul-utrujah; rīhuhā thayyibun wa tha'muhā thayyibun, wa matsalul-mu'mini alladzī lā yaqraul-Qurāna matsalut-tamrah; lā rīha wa tha'muhā hulwun, wa matsalul-munafiqi alladzī yaqra-ul-Qurāna matsalul-raihanah; rīhuhā thayyibun wa tha'muhā murrun, wa matsalul-munāfiqi alladzī lā yaqraul-Qurāna kamatsalil-hanzhalah; laisa lahā rīhun wa tha'muhā murrun* [perumpamaan orang mukmin yang membaca Al-Quran seperti buah *utrujah;* baunya harum dan rasanya enak. Perumpamaan orang mukmin yang tidak membaca Al-Quran seperti buah *tamr* (kurma kering); tidak berbau tapi rasanya enak. Perumpamaan orang munafik yang membaca Al-Quran seperti *rayhanah*; baunya harum tapi rasanya pahit. Dan, perumpamaan orang munafik yang tidak membaca Al-Quran seperti buah *hanzhalah;* tidak memiliki aroma dan juga rasanya pahit].

Sabda Rasulullah SAW ini membagi manusia dalam hal membaca dan mempelajari Al-Quran menjadi empat kategori. Pertama, orang yang beriman yang membaca Al-Quran diumpamakan seperti buah *utrujah* yang baunya harum dan rasanya manis. Maksud perumpamaan ini adalah orang yang membaca Al-Quran dan mengerti makna, mendapatkan manfaat, mengamalkannya sendiri lalu menebarkan manfaat tersebut kepada orang lain. Kedua, adalah orang mukmin yang tidak membaca Al-Quran diumpamakan seperti buah *tamr* atau kurma kering yang tidak berbau tapi rasanya manis. Maksud perumpamnaan ini adalah orang yang memiliki mengerti isi kandungan Al-Quran hanya untuk dirinya sendiri tetapi tidak berkemampuan untuk menebarkannya kepada orang lain.

Ketiga, adalah orang munafik yang membaca Al-Quran diumpamakan seperti buah *rayhanah* yang harum baunya tapi pahit rasanya. Maksud perumpamaan ini adalah orang tidak paham isi kandungan Al-Quran tapi tidak

menyesatkan orang yang lain. Adapun yang keempat adalah orang munafik yang tidak membaca Al-Quran diumpamakan buah hanzhalah yang tidak berbau dan rasanya pahit. Maksud perumpamaan ini adalah orang yang tidak mengerti isi kandungan Al-Quran sehingga keburukan yang ada pada dirinya lalu menebarkan keburukan itu kepada orang lain.

Penekanan terhadap kewajiban mentadabburi Al-Quran lebih dari sekedar membacanya berkorelasi dengan fatwa para ulama yang lebih mengutamakan orang yang sedikit membaca Al-Quran namun memahamai isi kandungan Al-Quran daripada orang yang banyak membaca tetapi tidak memahami isi kandungannya. Ibnu Mas'ud dan Ibnu Abbas (Munajjid, Tersedia: https://islamqa.info/ar/137288 [online], diunduh 15 Desember 2016) berpendapat bahwa orang yang membaca Al-Quran secara tartil disertai tadabbur lebih utama daripada orang yang membaca banyak dan cepat tetapi tidak disertai pemahaman terhadap apa yang dibaca.

Kapasitas setiap orang dalam mentadabburi Al-Quran lalu menyelami isi kandungan Al-Quran dan mengambil hikmah serta pelajaran darinya tentu berbeda-beda. Al-Fauzan (1981, hlm. 108) menjelaskan bahwa: "*War-rāsikhūna fil-'ilmi yafhamūna aktsaru min ghairihim, kullun 'alā qadri mā a'thāhul-lāhu subhānahuu wa ta'āla, liannal-qurāna, kamā yaqūlu-bnu 'abbāsin – 'alā arba'ati anwā'in* [Dan orang-orang yang mendalam ilmunya lebih faham dari yang lainnya, semuanya atas kadar yang Allah SWT berikan, karena Al-Quran, sebagaimana dikatakan oleh Ibnu Abbas terbagi empat kategori]:

1. "*mā ta'rifuhul-'arabu min lughatihā, kan-nāri wal-jannah, waz-zinā, wal-khamr, wasy-syirk, wal-kufr, war-ribā* [apa-apa yang diketahuinya dari bahasanya, seperti neraka, surga, zina, khamar, syirik, kafir, dan riba].
2. *"mā lā yu'dziru a<u>h</u>adun bijahālatihi mitslu: ma'rifatush-shalāti wash-shiyām wal-hajj wa arkānil-islām, kullu wāhidin muthalibun bian ya'rifuhā* [apa-apa yang tidak diterima dari seorang pun dengan ketidaktahuannya, seperti mengetahui shalat, shaum, dan rukun Islam, setiap orang akan mencari tahu tentang hal-hal tersebut].
3. *"mā ya'rifuhul-'ulamā khashshatun kal-muhkam wal-mutashābih, wal-muthlaq wal-muqayyad, wan-nāsikh wal-mansūkh, wal-'ām wal-khashsh, hādzihi innamā ya'rifuhal-'ulamā-u alladzīna yudarrisūna 'ulūmusy-syarī'ati* [apa-apa yang diketahui oleh para ulama seperti muhkan dan mutasyabih, muthlak

dan muqayyad, nasikh dan mansukh, ‘am dan khash, hal ini yang diketahui oleh ulama yang mempelajari ilmu-ilmu syariah].

4. “*mā lā ya’lamuhu illal-llāh wa huwa mā haqāiqu mā dzakaral-lāh fil-qur-āni minal-jannati wan-nāri, wa kaifiyyatu shifātir-rabbi subhānahu wa ta’āla, fa nahnu na’rifu ma’ānīhaa, lākin kaifiyyatuhā lā na’lamuhā illā huwa subhaanahu wa ta-‘ālā* [apa-apa yang tidak diketahui kecuali hanya Allah saja, Dia yang mengetahui hakikat yang disebutkan dalam Al-Quran, seperti surga, neraka, dan kaifiyat sifat Allah, kita hanya mengetahui maknanya saja tetapi kaifiyatnya tidak mengetahui kecuali Dia, Allah SWT].

Al-Fauzan (1981, hlm. 109) juga menjelaskan bahwa maksud dari mengimani ayat-ayat Allah adalah mengakui kebenaran Al-Quran, mentadabburinya, menyibukkan diri dengannya, memberikan perhatian lebih kepadanya, mengaplikasikan ajaran yang terkandung di dalamnya, melaksanakan semua instruksinya, meninggalkan semua yang dilarangnya, mengakui kebenaran berita-beritanya, dan apa yang masih samar dikembalikan hakikatnya ilmunya kepada Allah SWT. Adapun kedalaman ilmu tentang Al-Quran tidak akan dapat diselami kecuali dengan menyatakan “*āmannā bihi kullun min ‘indi rabbinā* [kami beriman dengannya, semuanya dari sisi Tuhan kami].”

Al-Quran adalah Kalamullah yang diturunkan dalam bahasa Arab untuk menjadi petunjuk bagi segenap manusia. Adapun manusia diciptakan bersuku-suku dan berbangsa-bangsa dengan segala corak bahasanya. Tidak semua mengerti bahasa Arab. Diasumsikan bahwa untuk dapat mentadabburi Al-Quran serta mengambil hikmah, pelajaran dan bimbingan dari Al-Quran harus terlebih dahulu menguasai bahasa Arab. Jika asumsi ini yang digunakan maka menjadi sangat rumit dan panjang waktu yang dibutuhkan untuk mentadabburi Al-Quran. Padahal, mentadabburi Al-Quran berbeda dengan menafsirkan Al-Quran.

Seorang penafsir Al-Quran membutuhkan banyak sekali ilmu yang menjadi prasyarat. Syarat utamanya adalah memiliki aqidah yang lurus dan memiliki pemahaman yang benar tentang sunnah Nabi serta bukan pengikut hawa nafsu. Manna Qaththaan (Tt, hlm. 321) menyebutkan sembilan syarat bagi penafsir Al-Quran, yang dua di antaranya, yaitu syarat ketujuh adalah menguasai ilmu bahasa

Arab dan cabang-cabangnuya dan syarat kedelapan adalah menguasai ilmu ushul yang berkaitan dengan Al-Quran. Asy-Syuyuthi (Tt, hlm. 2293-2297) memerinci lima belas syarat penguasaan ilmu untuk menafsirkan Al-Quran, antara lain: (1) *Al-Lughah* (bahasa dengan penekanan pada mufradat/kosa kata bahasa Arab), (2) *An-Nahwu* (gramatikal bahasa Arab), (3) *At-Tashriif* (morfologi bahasa Arab), (4) *Al-Isytiqaaq* (etimologi bahasa Arab), (5) Ma'aani, (6) Bayaan, (7) Baadi' atau disebut *Uluumul-balaaghah* (semantik bahasa Arab), (8) *Ilmul-qiraa-ah* (fonologi bahasa Arab), (9) *Ushuuluddin* (kaidah-kaidah keimanan/ilmu aqidah), (10) *Ushuulul-fiqhi* (kaidah-kaidah pengambilan hukum fiqh), (11) *Asbaabun-nuzul wal qashash* (kisah-kisah yang terkait dengan sebab turunnya ayat), (12) *An-Naasikh wal-Mansuukh* (ilmu yang mempelajari ayat yang menghapus dan dihapus), (13) *fiqh* (ilmu hukum syariah Islam), (14) *Al-Ilmaam bil-Ahaaditsin-Nabawiyyah Asy-Syariifiyah* (ilmu-ilmu yang terkait dengan hadits Nabi yang mulia), dan (15) '*Ilmul-Mauhibah* (ilmu yang diamalkan tanpa pengetahuan karena Allah SWT yang mewariskan kepada seseorang yang dikehendaki-Nya disebabkan keikhlasan dan ketakwaaanya kepada-Nya).

Berbeda dengan kompetensi untuk menafsirkan Al-Quran yang menuntut banyak pengetahuan dasar tentang ilmu-ilmu yang menjadi prasyaratnya. Banyak pintu yang harus dibuka untuk memasuki ruang penafsiran Al-Quran yang benar dan lurus. Adapun gerbang utama untuk mentadabburi Al-Quran hanya satu yaitu membuka pintu hati untuk menerima kebenaran Al-Quran. Kaaluu (2013, hlm. 8) menjelaskan tiga tahapan yang berkaitan dengan dengan terbukanya hati sebagai syarat mentadabburi Al-Quran, dijelaskan sebagai berikut:

> "*Hādzā wa tanhashiru syurūthat-tadabburi 'alā tsalātsati umūrin: al-awwal, wujūdul-mahallil-qābil (al-qalbul-hayy); ats-tsāni, al-amalul-ladzī yashduru minal-mukallaf (al-qirā-ah awil-istimā' ma'a hudhuril-qalbi); ats-tsālits, qadrun minal-fahmi lil-kalāmil-maqrū-i awil-masmū-'i* [Ini ringkasan tentang syarat-syarat tadabbur yang terbagi atas tiga hal, yaitu: pertama, mewujudkan tempat penerimaan (hati yang hidup); kedua, perbuatan yang bersumber dari kewajiban membaca dan mendengar yang disertai hadirnya hati; dan ketiga kemampuan untuk memahami ucapan yang dibaca atau didengar]).

Syarat-syarat ini terkumpul dalam satu ayat yang terdapat dalam Al-Quran Surat Qaf [50]: ayat 37: "*Inna fī dzālika ladzikrā liman kāna lahu qalbun au alqas-sam'a wa huwa syahīd* [sungggguh pada yang demikian itu terdapat peringatan bagi orang-orang yang yang mempunyai hati atau menggunakan pendengarannya, sedangkan ia menyaksikannya]). As-Sa'di (Tt, hlm. 750 menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan *qalbun* dalam ayat tersebut adalah hati yang agung dan hidup, cerdas, dan suci, yaitu yang terkait dengan ayat Allah, maka dijadikannya sebagai pengingat tujuan kepada Allah (*remembrance for a sake of Allah*), sumber manfaat, dan pengangkat derajat. Demikian pula yang menggunakan pendengarannya untuk mendengarkan ayat-ayat Allah, maka dijadikannya sebagai sumber petunjuk karena hatinya hadir untuk mengambil nasihat, penyembuh, dan petunjuk (pembimbing). Adapun yang menolak untuk menghadirkan hati dengan menerima kebenaran Al-Quran sebagai pembimbing, maka Al-Quran tidak akan memberikan manfaat sedikit pun kepadanya. Bahkan yang meragukan atau hanya ada sedikit keyakinan tentang kebenaran Al-Quran sebagai sumber bimbingan, petunjuk, dan penyembuh bagi penyakit hati dan fisik, maka tetap tidak akan mendapatkan manfaat.

Al-Ahdal (Tt, hlm. 93) menjelaskan tentang tahapan dalam belajar untuk mentadabburi Al-Quran, bahwa: "*Al-Marhalatul-ūlā watusamma marhalatul-tahyiatul qalbiyyah* [tahapan pertama disebut tahapan menata hati]). Dijelaskan pula bahwa menata (*arrangement*) hati merupakan tahapan yang paling mendasar (asasi). Sebab, penataan hati ini akan membedakan beberapa kekhususan, antara lain: (1) kecenderungan menguatkan kecerdasan fisik untuk bertindak dan bergerak; (2) hasrat untuk mengenal unsur-unsur lingkungan; (3) kemampuan untuk mengenal keterkaitan antara ruang dan waktu serta persamaan dan perbedaan; dan (4) memperjelas sebagian aktivitas kognitif yang beragam seperti mengingat, berkhayal, dan berfikir.

Berdasarkan pendangan-pandangan yang disebutkan terdahulu mengenai tingkatan manusia dalam mentadabburi Al-Quran dapat disimpulkan bahwa karena

hukumnya adalah wajib maka setiap orang beriman dituntut untuk mentadabburi Al-Quran. Pembeda tingkatan kemampuan untuk mentadabburi Al-Quran tidak ditentukan oleh banyak sedikitnya pengetahuan tentang hal-ihwal ilmu dasar yang berkaitan dengan menafsirkan Al-Quran, tetapi didasarkan pada kemampuan untuk menata hati untuk menerima kebenaran Al-Quran.

7. Superioritas Al-Quran dalam Kehidupan Manusia

Sebagai Kitab Suci (*Scripture*), Al-Quran sangat diyakini sebagai *The Word of God* (Kalamullah) yang kebenaran dan kesempurnaannya berpusat pada Allah yang dituhankan umat Islam (Muslim). Tuhan (Allah) adalah *the central aspect* yang segala petunjuk untuk kebahagiaan ada dalam Kitab Suci Al-Quran. Berdasarkan fakta sejarah bahwa Al-Quran diturunkan Allah sebagai wahyu kepada Nabi Muhammad (*The Prophet Muhammad*) melalui perantaraan Malaikat Jibril (*Gabriel*), Carmody & Carmody (1981, hlm. 227) menyebut Islam sebagai *The Quranic Religion* dalam kategori agama kenabian (*prophetic religion*).

Sebagai bentuk penegasan bahwa Al-Quran adalah wahyu Allah, Ash-Shabuni (1425, hlm. 15) mengutip pendapat jumhur ulama tentang definisi Al-Quran, sebagai berikut: "*Kalāmullaah al-munazzalu 'ala khaatamil-anbiyaa-i wal-mursaliin bi washithathil-amīn, al-maktūbu fil-mashāhifi; al-ma'buudu bi qiraa-atihi; almabduu-u bisuuratil-faatihati wal-mukhtatimu bi suuratin-naasi*." Al-Quran adalah kalamullah yang diturunkan kepada penutup para nabi dan rasul terakhir melalui perantaraan *Al-Amīn* (Jibril) yang ditulis dalam lembaran-lembaran; membacanya bernilai ibadah; diawali dengan surat Al-Fatihah dan diakhiri dengan surat An-Naas."

Sejak empat belas abad yang lalu, Al-Quran telah dijadikan pegangan hidup untuk menggapai kebahagiaan. Al-Quran adalah sumber ilmu pengetahuan. Seluruh isi Al-Quran berisi aksioma dan postulat (dalil) pasti yang dapat memberikan arahan dan jaminan terhadap kebahagian manusia. Najati (2001, hlm. 19) menjelaskan bahwa diturunkan untuk seluruh manusia. Ia berbicara kepada akal

manusia dan kesadaran (*wijdan/conscience*) manusia. Ia mengajarkan kepada manusia tentang mengikatan diri kepada Allah (Tuhan) secara tauhid (*Islamic monotheisme*), menyucikan penghambaan, menunjukkan kepada jalan kebaikan dan kemaslahan pribadi maupun masyarakat. Al-Quran juga membimbing manusia kepada jalan terbaik untuk merealisasikan diri dan mengembangkan pribadi menuju kebahagiaan yang sempurna, baik di dunia maupun akhirat.

Dalam berbagai ayat, Al-Quran menyebut dirinya dengan berbagai nama yang menunjukkan fungsi untuk menjamin kebahagiaan manusia. Dalam QS. Al-Jatsiyah [45]: 20, Al-Quran disebut *bashīrah* (*clear insight and evidence*) karena mengandung pengertian dan bukti yang jelas dan mendalam sehingga dapat dijadikan pedoman oleh manusia. Al-Quran juga disebut *hudan* (*guidance*) dan *rahmah* (*mercy*) bagi siapa saja yang mau meyakininya. Penyebutan *hudan* dan rahmah juga diulang dalam QS. Yunus [10]: 57 dan An-Nahl [16]: 89.

Dalam QS. Yunus [10]: 57, Al-Quran disebut *Mau'izhah* (*a good advice*) karena berisi pelajaran dan nasihat untuk semua kebaikan dan melarang semua yang jahat. Al-Quran juga disebut *syifā-an* (*healing*) untuk segala bentuk penyakit dalam dada. Khan (1996, hlm. 426) menjelaskan bahwa penyakit dalam dada adalah kebodohan, keraguan, kemunafikan, dan perbedaan. Sedangkan As-Sa'di (Tt., hlm. 323) menjelaskan bahwa penyakit dalam dada adalah penyakit dorongan syahwat untuk melanggar aturan Allah dan penyakit ragu-ragu terhadap ilmu dan keyakinan.

Penyebutan *syifā-an* tidak hanya disebut tersendiri tetapi digandengkan dengan *hudan* dan *rahmah*. Penyebutan Penyebutan *syifā* yang digandengkan dengan *hudan* terdapat dalam QS. Fushshilat [41]: 44. Sedangkan penyebutan *syifā-* yang digandengkan dengan *rahmah* terdapat dalam QS. Al-Isra [17]: 82. Maksud dari penggandengan dua fungsi yang diulang-ulang adalah untuk memnguatkan dan meyakinkan bahwa Al-Quran benar-benar memiliki superioritas dalam menjamin kebahagiaan manusia lahir dan batin.

Sebagai Kalamullah (*The word of Allah*), Al-Quran memiliki kekuatan untuk mempengaruhi manusia. Pengaruhnya tidak hanya sekadar pada perilaku

yang nampak secara individual dan komunal (masyarakat), bahkan pengaruhnya akan memasuki ruang-ruang atom dalam tubuh manusia, yaitu sel-sel darah meskipun hanya dengan mendengarkannya saja. Al-Kaheel (2014, hlm. 17) menjelaskan bahwa suara Al-Quran yang dibaca oleh seseorang atau orang lain mampu mempengaruhi sel-sel yang rusak dan mengembalikan keseimbangannya. Al-Kaheel (2014, hlm. 27) menjelaskan bahwa lantunan ayat-ayat suci Al-Quran menciptakan sekelompok frekuensi yang mencapai telinga kemudian bergerak ke sel-sel otak dan mempengaruhinya melalui medan-medan elektromegnetik frekuensi ini yang dihasilkan dalam sel-sel tersebut. Selanjutnya, respon terhadap medan elektromegnetik tersebut akan memodofikasi getaran-getarannya. Perubahan pada getaran tersebut adalah apa yang dirasakan dan dipahami secara berulang-ulang pada saat membaca atau dibacakan Al-Quran.

Beberapa penelitian eksperimental dalam bidang psikoterapi yang pernah dilakukan adalah penelitian Dr. Ahmad Al-Qadhi melalui penelitiannya di Klinik Akbar di Florida Amerika Serikat, bahwa sekadar mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran. Seorang Muslim, baik yang bisa berbahasa Arab maupun yang tidak, dapat merasakan perubahan fisiologis yang besar, seperti penurunan depresi, kesedihan, bahkan dapat memperoleh ketenangan, menolak berbagai penyakit, dan merasakan perubahan lainnya.

Melalui pembacaan Al-Quran, pada tahun 1984, Dr. Ahmad Al-Qadhi di Klinik Akbar di Florida Amerika Serikat melaporkan hasil risetnya bahwa sekadar mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran, seorang Muslim, baik yang bisa bahasa Arab maupun yang tidak, dapat merasakan perubahan fisiologis yang besar, seperti penurunan depresi, kesedihan, bahkan dapat memperoleh ketenangan, menolak berbagai penyakit, dan merasakan perubahan lainnya hingga 95% (Badri, 2000, hlm. 47-48, Akhmad, 2014, hlm. 8-9). Aziz Ahmad Quadri, seorang psikiater di Mental Health Center, Aurangabad India, juga melakukan praktek terapi melalui *treatment* dengan mengajak dialog kepada klien menggunakan ayat-ayat Al-Quran

yang disesuaikan dengan gejala-gejala gangguan psikologis yang dialami oleh pasiennya.

Pedak (2009, hlm. 52) menyimpulkan bahwa membaca Al-Quran dengan lisan mampu meningkatkan kualitas emosi positif pembacanya. Hal ini disebabkan karena impuls tidak hanya datang dari penglihatan tetapi juga dari pendengaran. Selain itu, membaca Al-Quran dengan pemaknaan akan memberi dampak positif pada kecerdasan dan emosi. Salim (El-Syakir, 2014, hlm. 197) menjelaskan bahwa seseorang merasa tenang sampai 65% ketika mendengarkan bacaan Al-Qur'an dan hanya 35% ketika mendengarkan bahasa Arab yang bukan dari Al-Qur'an.

Al-Quran adalah Kitab Suci seluruh isinya berkaitan dengan manusia dan perilakunya. Al-Quran juga berbicara tentang bagaimana pengembangan karakter mulia dan langsung memberikan bimbingan langsung tentang pengembangan tersebut. Hussain (2011, hlm. 14) menjelaskan bahwa, "*The Al-Qur'an deals with the human psych and exemplifies the challenges to behavioural change and character development through it's narratives, analogies, and direct guidance*."

Beberapa studi yang dilakukan oleh Furqon Institute of Quranic Healing (2010; Haque, 2004; Amir Farid Ishahak, 2009) menguatkan bahwa ayat-ayat Al-Quran mampu memberikan efek penyembuhan, menghilangkan penyebab tekanan, dan mampu memberikan ketenangan dan perasaan puas. Baharudin & Sumari (2011, hlm. 4) menguatkan juga dengan hasil penelitian terhadap wanita muslim pekerja (*working Muslim women*) di Malaysia yang diberikan perlakukan dengan diperdengarkan suara Al-Quran dan suara alam secara berulang-ulang untuk menurunkan stress dalam bekerja. Hasilnya, sebagaimana disimpulkan bahwa: "*The participants reported increased level of calmness and decreased level of stress upon the completion of the program. Both types of sound therapy shows significant increase in participants' calmness and reduction of their stress level but the second type of sound therapy (i.e. recitation of Quranic verse) shows better results than the first type (sounds of nature).*"

Bahasa Al-Quran adalah bahasa Arab. Secara linguistik, semua huruf yang membentuk kata dalam bahasa Arab memiliki memiliki suara yang berbeda yang memiliki efek pada arti kata. Sebuah huruf yang terdengar tebal akan memiliki makna yang berbeda dengan huruf yang terdengar tipis. Pengucapannya akan membawa makna yang jelas. Demikian pula dengan panjang dan pendeknya suatu bunyi kata, memberikan pengaruh pada makna. Oleh sebab itu, Nakhavali & Seyedi (2013, hlm. 26) menyimpulkan bahwa, "*The usage of sounds in the Qur'an plays a rhetorical role and this holy book has an inimitable symphony through which sounds employed to affect meanings and convey messages*." Al-Qur'an adalah mukjizat besar yang jika dilantunkan atau diperdengarkan lantunannya akan menghasilkan ritme dan simponi yang tak terhitung merdunya dan menyentuh setiap hati yang menikmatinya.

Superioritas Al-Quran juga pernah dibuktikan dalam wahana bimbingan dan konseling. Beberapa peneliti telah membuktikan pengaruh Al-Quran terhadap perilaku manusia melalui wahana bimbingan dan konseling. Suhail dan Ajmal (Gerstein, 2009, hlm. 245-246) dalam artikel hasil risetnya menjelaskan bahwa *zikrullah* (mengingat Allah), membaca Al-Quran (*reading Al-Quran*) dan memperdengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran secara berulang-ulang (*recitation of Quranic verses*) merupakan model konseling asli yang lain (*another indigenous model of counseling*). Maksudnya, selain model-model konseling konvensional yang dianggap original, maka membaca Al-Quran dan memperdengarkan lantunan ayat-ayatnya pun dapat dikategorikan sebagai model konseling yang original juga. Para sarjana muslim telah merekomendasikan terapi melalui Al-Quran sejak lama sekali. Dijelaskan bahwa banyak masyarakat yang menemukan pelipur lara dan kedamaian ketika membaca Al-Quran (*many people find solace and peace while reading Al-Quran*). Dijelaskan pula bahwa, "*Specific verses of the Holy Quran are read by a large majority for diverse problems, such as attaining physical and psychological health, reversing curses and magical spells, increasing financial, and improving family relationship*."

Pada saat membaca Al-Quran, Allah diyakini sebagai satu-satunya Tuhan yang hidup tanpa bergantung kepada siapapun (*self-subsisting*), bahkan semua bergantung kepada-Nya (*all pervading*), abadi (*eternal*), dan realitas yang absolut (*absolut reality*). Rizvi (Gerstein, 2009, hlm. 246) menjelaskan bahwa Allah diyakini memiliki 99 nama atau atribut yang esensial, Mahahidup, Mahakekal, Mahaadil, Mahakasih dan Mahasayang kepada makhluk ciptaan-Nya, dan semua kebaikan ada pada-Nya. Menyebut nama-Nya dan membaca kalam-Nya untuk mendapatkan kedamaian, ketenangan jiwa, dan kecukupan lebih layak ditunjukkan kepada-Nya karena kemahasempurnaan-Nya. Alasan-alasan inilah yang dijadikan pijakan bahwa membaca Al-Quran dan memperdengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran secara berulang-ulang termasuk model konseling yang *indigenous*. Suhail dan Ajmal (Gerstein, 2009, hlm. 246) menambahkan bahwa dalam konseling dengan Al-Quran mampu membantu memecahkan masalah social, alienasi, dan kehilangan makna hidup. Konseling dengan membaca dan memperdengarkan ayat-ayat Al-Quran, selain dilakukan sendiri juga dilakukan secara lembaga. Proses konseling dibantu oleh sufi atau *murshed* (*spiritual guide*).

Konseling melalui *reading the Quran* juga pernah diaplikasikan secara *eclectism* dengan konseling berfokus solusi (*solution-focused counseling*) oleh Jeffrey T. Guterman. Dalam aplikasinya, Guterman (2013, hlm. 218) menempatkan *reading the Quran* pada langkah ketiga dan keempat untuk membantu klien Muslim yang mengalami depresi dengan gejala sakit kepala. Pemicu (*trigger*) sakit kepada bukan hanya sekadar faktor lingkungan tetapi juga oleh faktor psikologis. Guterman (2013, hlm. 218) pernah membantu klien, seorang Muslim Turkish American, yang mengalami depresi. Dengan mengadaptasi konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan sentuhan spiritual melalui *reading the Quran*. Setelah semua sesi dilalui, klien tersebut mengaku bahwa ia mengalami kemajuan yang signifikan. Selanjutnya dijelaskan bahwa, "*He reported feeling less depressed, an increase in his energy, and renewed hope about the future*." Setelah sesi kedua belas, konselor dan klien sepakat bahwa konseling lebih lanjut tidak lagi diperlukan.

D. Tadabbur Al-Quran sebagai Wahana Bimbingan dan Konseling

1. Titik Temu Tujuan dan Figur Kunci

Al-Umar (2013, hlm. 126) menjelaskan bahwa "*At-tadabburu huwa manhajun-nabiyyi shallallāhu 'alaihi wa sallam*". Tadabbur Al-Quran adalah metode yang digunakan oleh Nabi Muhammad SAW dalam membanguan integritas pribadi, keluarga, dan masyarakat kaum muslimin khususnya dan umat manusia pada umumnya. Tujuan dari tadabbur sangat jelas yaitu memberikan pengetahuan dan pemahaman untuk menguak makna-makna di balik setiap ayat Al-Quran sehingga individu yang mentadabburinya terbimbing untuk melaksanakan segala petunjuk bagi kebahagiaan hidup yang ada di dalamnya. Tadabbur adalah cara untuk menemukan kunci-kunci untuk mendapatkan ketenangan dan kedamaian hidup yang terdapat dalam Al-Quran. Tadabbur adalah jalan untuk mendorong individu menuju puncak kemulian dan kebahagiaan hidup manusia.

Menganalisa tujuannya, tadabbur Al-Quran memiliki kesesuaian dengan tujuan bimbingan dan konseling, yaitu terbangunnya integritas diri yang dapat mendorong manusia menuju puncak kemuliaaan, kesempurnaan, dan kebahagiaan dalam hidupnya. Sunaryo Kartadinata (2011, hlm. 48) menjelaskan bahwa integritas diri merupakan dorongan yang paling bermakna dalam diri manusia karena akan membawa manusia ke arah perbaikan dan penyempurnaan diri. Dorongan ini memungkinkan manusia memiliki kesadaran akan alternatif tindakan, melihat keputusan yang diambil sebagai perwujudan dari kebebasan diri, dan bukan sebagai perilaku mekanistik. Dorongan seperti ini membawa manusia ke arah perkembangan mental yang sehat.

Selanjutnya, dalam proses bimbingan dan konseling selalu ada yang disebut *key person* atau tokoh kunci atau figur yang paling berpengaruh dalam keseluruhan proses bimbingan dan konseling lebih dari semua aspek instrumen yang terlibat. Tokoh kunci tersebut adalah konselor yang berintegritas. Ditinjau dari sudut pandang *projecting back theory* tentang ditemukan tokoh kunci yang sangat berpengaruh dalam proses transformasi isi kandungan Al-Quran kepada orang-

orang di zamannya, bahkan untuk genarasi zaman selanjutnya sampai akhir zaman. Tokoh kunci tersebut adalah sosok yang paling paham tentang makna-makna Al-Quran, bahkan perilakunya diibaratkan sebagai Al-Quran yang berjalan karena perwujudan dari seluruh isi kandungan Al-Quran tanpa pengecualian ada pada pribadinya. Figur kunci itu adalah Rasulullah SAW.

Interaksi dan komunikasi Rasulullah SAW dengan orang-orang di zamannnya merupakan fragmen-fragmen yang mencerminkan proses yang bernuansa bimbingan dan konseling. Willis (2004, hlm. 39) menjelaskan bahwa ajaran Islam yang dibawa Rasulullah SAW adalah adalah bimbingan kepada seluruh umat manusia. Rasulullah SAW ditugaskan untuk memberikan bimbingan dan arahan kepada manusia menuju kemandirian sebagai hamba Allah SWT yang berkewajiban untuk menaati segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya agar dilimpahi hidup penuh kebahagiaan bersama manusia lain di lingkungan sosialnya.

Berkaitan dengan kemandirian sebagai hamba Allah SWT sebagaimana diajarkan oleh Rasulullah SAW, secara konsep kemandirian tersebut juga disebutkan dalam wahana bimbingan dan konseling. Menurut Kartadinata (2011, hlm. 54), kemandirian yang sehat akan tumbuh melalui interaksi yang sehat antara individu yang sedang berkembang dengan lingkungan dan budaya yang sehat pula. Di sinilah letak esensi upaya pedagosis dalam proses bimbingan dan konseling. Dalam konteks pengembangan kemandirian, tujuan bimbingan dan konseling tidak sebatas sebagai proses pemecahan masalah yang hanya bersifat kekinian, melainkan terarah kepada penyiapan individu untuk dapat menghadapi persoalan-persoalan masa depan dan menjalani kehidupan sebagai anggota masyarakat maupun sebagai makhluk Allah yang Mahakuasa.

Sosok Rasulullah SAW telah berhasil memfasilitasi proses interaksi antara manusia dengan lingkungannya secara baik. Secara tidak langsung, setiap interaksi Rasulullah SAW dengan orang-orang di zamannya telah menjadi proses pedagogis serta bimbingan dan konseling. Dalam berkomunikasi dengan orang-orang di

zamannya, perkataan Rasulullah SAW selalu menyertakan Al-Quran karena apa yang dikatakan dan dilakukannya tidak terlepas dari tuntunan wahyu dari Allah SWT. Sistematika perkataan Rasulullah SAW mampu mempengaruhi jiwa, mengembangkan kekuatan akal dan mengonsentrasikannya dengan baik serta menggerakkan fisik untuk bangkit bergerak. Berbicara secara sistematis membuat topik yang sedang dibahas menjadi kokoh tanpa ada sedikit kalimat pun yang menyimpang dari tujuannya.

Kata-kata Rasulullah SAW selalu dapat dipahami oleh pendengarnya sekalipun seorang bodoh. Kata-katanya tidak berbelit-belit tapi bisanya selalu mengulang perkataannya sebanyak tiga kali agar mudah diingat dan membekas dalam pikiran dan jiwa pendengarnya. Perkataan dan perbuatan Rasulullah SAW benar-benar mempengaruhi akal dan jiwa yang orang-orang yang berbicara dengannya sehingga orang yang dirundung masalah memiliki beban jiwa dan raga menjadi terbantu untuk terlepas dari masalahnya. Jika ditinjau dari proses interaksi dan komunikasi Rasulullah SAW, maka tadabbur Al-Quran pada hakikatnya merupakan wahana bimbingan dan konseling dengan konselor sebagai figur kunci.

2. Titik Temu Teoretik

Tadabbur Al-Quran adalah merupakan kunci pengetahuan dan pintu untuk melakukan tindakan/perbuatan (*action*) yang tepat. Al-Funaysan (Syawqi, 2009, hlm. 285) menjelaskan bahwa tadabbur merupakan proses merenungkan dan berpikir mendalam yang berhubungan dengan perbuatan atau tindakan ketika membaca ayat-ayat kauniyyah yang nampak dan membaca ayat-ayat kitab melalui tulisan untuk diambil pelajarannya (ibrah). Ibnu Mas'ud (Syawqi, 2009, hlm. 285) bertutur, "*Tsūrul-Qurāna fainnā fīhi 'ilmul-awwalīna wal-ākhirīna* [inspirasikan Al-Quran karena di dalamnya terdapat ilmu orang-orang terdahulu dan yang akan datang]." Dalam Al-Quran terdapat lampu-lampu sebagaimana lampu-lampu yang menerangi jalanan. Orang yang telah menemukannya lampu-lampu tersebut, maka

ia akan berpegang pada cahayanya. Adapun jika seseorang belum menemukannya, maka ia harus mencarinya, kecuali jika ia ingin tetap dalam kegelapan.

Usrah (Tt, hlm. 10) menjelaskan bahwa dalam aktivitas tadabbur Al-Quran terdapat lima aspek yang berfungsi, yaitu: (1) *al-idrāku*, yaitu menajamkan kognisi; (2) *at-tadzakkur*, yaitu menata ulang ingatan; (3) *adz-dzaka-u*, yaitu mengasah intelektual; (4) *at-tafkīr*, yaitu berpikir analitik, reflektif, serta kontemplatif; dan (5) *at-takhayyal*, yaitu berpikir visioner atau berpikir ke depan. Dalam bahasa psikologi konseling, aktivitas-aktivitas tersebut termasuk pada wilayah kognitif dan rasional.

Berkaitan dengan aktivitas berpikir dalam proses tadabbur Al-Quran, Al-Umar (2013, hlm. 155) menjelaskan beberapa istilah yang memiliki perbedaan, antara lain: (a) *at-ta-mmul*, artinya merenungi, maksudnya menatapkan hati terhadap makna-maknanya; (b) *at-tafakkur*, artinya berpikir; dan (c) *at-ta'aqqul*, artinya menggunakan akal atau rasio. Proses tadabbur Al-Quran adalah menyatukan ketiga aktivitas tersebut secara menyeluruh untuk sehingga sampai pada tujuan terjauh dan ujung paling akhir dari makna ayat.

Mencermati aktivitas-aktivitas kognitif dalam proses tadabbur Al-Quran, terdapat dorongan untuk menggunakan potensi akal manusia untuk menemukan makna-makna terdalam dari Al-Quran. Sebagaimana diketahui bahwa manusia diberkahi dengan potensi akal untuk untuk berpikir tentang segala sesuatu yang nampak di alam raya dan yang tertulis di Kitabullah. Proses tadabbur pada hakikatnya adalah upaya untuk mengerahkan kemampuan berpikir dalam menemukan cahaya, dalam arti cara untuk mengembangkan potensi yang lain dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi manusia dalam kehidupannya.

Berpikir merupakan penciri manusia yang membedakannya dengan makhluk lain. Manuisa disebut *anima intelectiva* karena berpikirnya mampu memutuskan suatu tindakan yang lebih dinamis dibandingkan makhluk lainnya. Pada saat menerima stimulus, manusia tidak sekonyong-konyong merespon tetapi akan menghubungkan peristiwa yang sedang diinderanya dengan peristiwa-peristiwa lainnya sebagai pengalaman secara asosiatif dalam proses berpikir.

Manusia akan membuat pertimbangan, menyusun asumsi, dan berpikir mendalam sebelum memutuskan suatu tindakan. Penciri inilah yang membedakan dengan binatang atau makhluk lainnya.

Ketidakoptimalan fungsi berpikir atau bahkan ketidakberfungsiaan proses berpikir akan mengakibatkan munculnya banyak masalah dalam kehidupan manusia. Terjadinya penyimpangan perilaku juga disebabkan salah satunya oleh penyimpangan fungsi berpikir. Oleh sebab itu, dalam konteks praksis konseling muncul model konseling CBT atau Cognitive-Behaviour Therapy. A.T. Beck, Rush, Shaw, & Emery (Wenzel, A, et.al, 2011, hlm. 3) menjelaskan bahwa CBT merupakan pendekatan konseling untuk membantu konseli mengembangkan strategi dalam memodifikasi ketidakberfungsian pola pikir atau kognisi, emosi, serta perilaku maladaptif. CBT didasarkan pemahaman konseli pada perilakunya sendiri. Dalam prosesnya, pikiran dan pemahaman konseli yang menyimpang direstrukturisasi demi perubahan emosi dan perilaku yang lebih baik.

Selain CBT, model konseling yang menyentuh domain kognisi dan afeksi konseli adalah RET (*Rational-Emotive Therapy*) atau REBT (*Rational-Emotive Behaviour Therapy*). Walaupun formulanya berbeda dengan CBT, RET/REBT yang dikembangkan oleh Albert Ellis (1994) memfokuskan bantuan agar konseli lepas dari pikiran-pikiran irasional yang dianutnya dan diverbalisasikannya. REBT dikembangkan untuk membangun pikiran-pikiran rasional, logis, dan sesuai dengan akal sehat sehingga konseli dapat mengembangkan diri, meningkatkan akutualisasi dirinya secara optimal mungkin melalui tingkah laku kognitif dan afektif yang positif.

Berdasarkan tujuan dan formulanya, tadabbur Al-Quran sebagai wahana untuk memberdayakan potensi kognisi dan afeksi sebenarnya memiliki titik temu teoritik dengan CBT dan REBT. Melalui tadabbur Al-Quran, seseorang dibawa atau didorong untuk berpikir jernih, logis, rasional, analitik, dan visioner sebelum memutuskan suatu tindakan. Tujuannya yang ingin dicapai oleh tadabbur Al-Quran kurang lebih sama denan CBT dan REBT, yaitu kondisi yang lebih baik, perilaku

yang lebih positif dan efektif, dan intinya kehidupan yang lebih bahagia, dipenuhi kedamaian dan menenteramkan lahir serta batin.

Pada titik temu berpikir dengan akal sehat yang logis dan rasional, tadabbur Al-Quran dapat dimasukkan sebagai wahana bimbingan dan konseling. Namun, ada dua aspek lain yang semakian menguatkan titik temu antara tadabbur dengan wahana bimbingan dan konseling. Kedua aspek tersebut adalah kontemplasi melalui spiritual konseling dan *bibliotherapy*. Kedua aspek tersebut saling berkaitan.

Berpikir dengan sangat mendalam atau perenungan secara mendalam dengan menyatukan pikiran dan perasaan untuk mengungkap suatu hakikat suatu objek atau sebuah masalah merupakan ciri dari tadabbur. Proses perenungan secara mendalam tersebut disebut dengan kontemplasi. Baker (1999) menulis sebuah buku berjudul "Holy Wisdom: Direction for The Prayer of Contemplation". Baker (1999, hlm. 4) menyebut kontemplasi sebagai kearifan suci yang didapatkan melalui latihan-latihan spiritual (*spiritual exercises*). Baker (1999, hlm. iii) menyebutkan banyak jalan atau cara untuk berkontemplasi, di antaranya adalah melalui *reading spiritual books* (membaca buku spiritual). Cohen (Miller, 2003, hlm. 201) menyebut proses ini dengan istilah *bibliotherapy*.

Scrank & Engels (1981, hlm. 143) menjelaskan bahwa, "*bibliotherapy means guided reading that helps individuals gain understanding of the self and environment, learn from others, or find solutions to problems*." Ditambahkan bahwa dalam bibliotherapy terdapat tiga proses yang fundamental antara pembaca dengan literatur, yaitu: (a) *identification*, yaitu menghubungkan antara pembaca dengan karakter atau situasi dalam bacaan; (b) *catharsis*, yaitu pembaca menempatkan dirinya seolah-olah mengalami sendiri (*vicariously*) motivasi dan segala konflik yang terjadi dalam literatur; and (c) *insight*, yaitu pengetahuan atau persepsi mendalam yang terjadi ketika pembaca melihat dirinya terganbarkan dalam materi yan dibacanya.

Para pakar konseling memandang bahwa proses fundamental dari bibliotherapy secara substantif dapat digali melalui proses konseling. Oleh sebab itu, Scrank & Engels (1981, hlm. 143) menyebutkan *bibliotherapy as a counseling adjunct*. Berbagai hasil riset tentang aplikasi *bibliotherapy* sebagai teknik dalam konseling sudah banyak dipublikasikan. Beberapa riset menemukan bahwa bibliotherapy efektif untuk meningkatkan prestasi akademik, mengembangkan sikap asertif (tegas), mengubah sikap, mengubah perilaku, mereduksi rasa takut, menyeleraskan pasangan suami-istri, mengembangkan konsep diri, pengembangan diri, dan terapi.

Penggunaan model bibliotherapy dalam konseling juga menyentuh pengembangan spritualitas. Cohen's (Miller, 2003, hlm. 201) menjelaskan bahwa bibliotherapy dapat memberdayakan klien untuk mendapatkan wawasan, kesadaran, semangat, dan mendapatkan pelarian diri yang sehat. Melalui konseling bibliotherapy, konselor dapat mengeksplorasi kehidupan spiritual konseli. Mengambil inspirasi dari literatur-literatur yang disajikan sebagai media dalam proses konseling.

Buku-buku yang bernuansa pengalaman spiritual menjadi dapat wahana *bibliotherapy* melalui proses konseling. Kitab-kitab Suci merupakan sumber inspirasi spiritual. Dengan demikian, membaca Kitab Suci dapat menjadi wahana *bibliotherapy* dan tentu dapat dilakukan melalui proses konseling. Al-Quran adalah Kitab Suci bagi umat Islam. Membaca Al-Quran pun dapat dijadikan sebagai wahana bibliotherapy dan tentu dapat dilakukan melalui proses bimbingan dan konseling. Tadabbur Al-Quran adalah proses menggali inspirasi di balik makna-makna terdalam yang terkandung dalam Al-Quran.

Mentadabburi Al-Quran dalam konteks sebagaimana bibliotherapy dilakukan merupakan wahana bimbingan dan konseling. Lebih dari sekadar proses terapi melalui proses literasi, Allah sendiri sebagai berkata-kata Al-Quran telah menyebutkan bahwa Al-Quran adalah syifāun (obat). Al-Quran adalah obat bagi segala penyakit, baik fisik apalagi psikologis. Mentadabburi Al-Quran hakikatnya

adalah *proses self-healing*. Inilah titik temu antara tadabbur dengan bimbingan dan konseling.

3. Tadabbur dalam Konteks Historis Integrasi Spiritual dengan Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran merupakan wahana integrasi (*incorporation*) antara bimbingan dan konseling dengan spiritual dan religius. Penggabungan ini ibarat "menenun" dua wilayah yang menyentuh kesehatan mental manusia. Integrasi ini sesungguhnya sedang memasuki arus besar konseling Abad 21. Semangat intergrasi konseling dan spiritualitas sebagaimana didengungkan Geri Miller (2003), Dahlan (2005), Cashwell & Young (2005), dan Dennis Lines (2006) telah memicu lahirnya berbagai praksis yang terkait dengan terminologi baru, yang kemudian disebut konseling spiritual. Bahkan, kecenderungan kuatnya integrasi ini telah mendorong ide agar spiritual dijadikan sebagai angkatan kelima dalam konseling dan psikoterapi (Stanard et.al. dalam Surya, 2008, hlm. 44).

Secara historis, integrasi antara bimbingan dan konseling dengan spiritual dan religius memiliki lintasan sejarah perkembangan yang cukup panjang. Akar hambatan (*barriers*) integrasi spiritual dan agama dengan konseling terjadi karena konflik historis yang cukup panjang antara keduanya. Konflik historis ini mempengaruhi segala pandangan dan tindakan konselor dalam proses konseling. Pandangan negatif konselor terhadap spiritual dan agama klien akan mempengaruhi sensitifitas konselor terhadap masalah-masalah klien yang berkaitan dengan agama. Jika muncul bias konselor terhadap spiritual dan keyakinan agama klien, maka bukan tidak mungkin klien akan melakukan *countertransference* terhadap proses konseling karena merasa tidak mendapat pelayanan yang tepat.

Konflik historis dimulai pada akhir Abad XIX ketika psikologi memulai perkembangannya. Pada saat itu, para pendeta Kristen menjadi pemegang otoritas kebenaran di Eropa dan Amerika. Para pendeta saat itu memandang negatif

terhadap pemikiran Freud (1927) dan psikolog lainnya yang berupaya membangun psikologi sebagai disiplin yang terpisah dari agama (Zeiger & Lewis dalam Miller, 2003, hlm. 24). Suasana saat itu digambarkan seolah-olah agama bertentangan dengan ilmu pengetahuan. Freud menyebut agama sebagai sebagai ilusi, *infantile*, dan hanya ekspresi atau impuls neurotik dari klien.

Para psikolog *behaviorist* yang memulai dominasinya pada tahun 1920-an, memandang bahwa perilaku manusia bersifat deterministik dan mekanistik. Watson, sebagai salah seorang pemimpin aliran Behaviorisme meyakini bahwa perilaku manusia dikontrol oleh pertukaran Stimulus-Respon yang memunculkan *reductionism, atomism, materialism,* dan *mechanism*. Kausalitas lingkungan tidak memandang adanya konsep "*soul"* (ruh atau jiwa) dalam ruang dalam (*inner world*) individu. Manusia diibaratkan mesin yang dikontrol oleh lingkungannya. Watson memandang bahwa agama akan menarik psikologi sebagai ilmu pengetahuan untuk mundur ke belakang. Skinner (1953) mengatakan bahwa agama merupakan hasil dari penguatan stimulus. Dia mengkritik agama karena menggunakan penguatan dengan ancaman hukuman.

Psikologi berupaya untuk membedakan diri dari agama dengan memposisikan diri sebagai ilmu pengetahuan berdasarkan hukum universal yang menjelaskan manusia dan perilaku manusia. Upaya panjang ini telah mengakibatkan peran antagonis terhadap agama. Psikologi menolak konsep spiritual tentang eksistensi *a Higher Power* yang mempengaruhi perilaku manusia. Kekuatan Mahaagung tersebut dianggap tidak nyata, tidak dapat dilihat dan tidak dapat disentuh.

Menyadari kemungkinan terjadi kontraproduktif dari proses konseling akibat konflik historis tersebut, para pakar konseling menekankan pentinganya jembatan yang dapat menghubungkan antara spiritual dan agama dengan konseling. Sebagaimana hambatannya, jembatan tersebut juga memiliki sejarah panjang. Miller (2003, hlm. 30) menyebutkan tiga jembatan penghubung konseling dengan agama. *Pertama*, sebagaimana konseling, agama dapat membantu individu untuk

berubah, berkembang, dan berkontribusi positif bagi masyarakat. Agama juga dapat mendorong individu untuk berfungsi dalam kerangka kerja kehidupan yang lebih tinggi. *Kedua*, sebagaimana konseling agama juga dapat membantu individu untuk mengembangkan *a sense of self* (rasa diri) dan kedewasaan. *Ketiga*, sebagaimana konseling, agama dapat membantu individu mengembangkan potensi diri.

Secara teoretis, sebenarnya psikologi telah menyebut adanya aspek pengalaman spiritual dalam diri individu. Aspek inilah yang dapat dideskripsikan sebagai pendekatan yang lebih simpatik terhadap agama. Para pakar psikologi telah menekankan pentingnya pendekatan yang lebih kooperatif dan kolaboratif antara konseling dengan spiritual dan agama. William James (1842–1910) memandang bahwa agama diperlukan untuk kehidupan. Dia percaya bahwa kombinasi antara kecerdasan dan inspirasi dapat membantu individu mencapai derajat tinggi sebagai makhluk yang dapat mengakibatkan yang lain juga mencapai tingkat yang lebih tinggi pula sehingga menjadikan dunia sebagai tempat yang lebih baik.

Frank Parsons (1854–1908) memandang bahwa agama dan spiritual dapat membantu individu berkembang secara positif. Carl Gustav Jung (1875–1961) yang terpengaruh oleh pandangan James juga mendorong para konselor untuk memeriksa ranah agama klien mereka. Jung melihat tradisi agama memfasilitasi pengembangan diri. Jung memandang bahwa diri (*self*) sebagai *fulcrum* (titik tumpu) kepribadian yang berfungsi menjaga kesimbangan antara elemen sadar dan bawah sadar.

Gordon Allport (1897–1967), tokoh utama gerakan psikologi Humanistik Abad XX, memandang bahwa individu memiliki potensi positif yang di dalamnya tergabung kebutuhan spiritual dan nilai-nilai yang tidak tersentuh oleh agama konvensional. Demi menguatkan pandangannya, Allford mengembangkan skala untuk mengukur orientasi agama, baik faktor intrinsik maupun ekstrinsik. Allport berusaha menilai orang religius dewasa dalam hal enam sifat, antara lain diferensiasi, dinamika, direktif, komprehensif, integral, dan heuristik.

Pada tahun 1960-an, para ahli psikologi Kognitif memandang bahwa kemungkinan ide tentang kontrol diri (*self-control*) membuka psikologi memasuki dunia dalam (*inner world*) dari individu yang di dalamnya tercakup dimensi spiritual. Pada tahun yang sama juga ditemukan hubungan antara moralitas dengan agama serta korelasi positif antara moralitas kesuksesan dalam pekerjaan.

Erich Fromm (1900–1980) yang juga psikolog Humanisitik meyakini bahwa agama dapat membantu klien. Dia memandang bawha manusia membutuhkan kerangka bimbingan (*guiding framework*) dan tempat pengabdian (ibadah) untuk mengatasi realitas kesendirian dan kematian. Selanjutnya, Fromm menggambarkan dua jenis agama, yaitu: *Pertama*, agama otoriter yang menghambat potensi manusia. *Kedua*, agama humanistik yang fokus pada pengembangan potensi manusia.

Sejarah mencatat bahwa jembatan integrasi yang menghubungkan antara konseling dengan agama dan spiritual telah memunculkan beberapa fenomena, seperti berdirinya kelompok profesional, dibukanya jenjang program dan pemagangan, diterbitkannya jurnal, dilakukannya riset, diterbitkannya buku teks, dibuknya pusat-pusat penanganan (*treatment centers*), dan tersebarnya literatur teori tentang integrasi spiritual dan agama dengan konseling.

Terkait dengan berdirinya kelompok professional, Miller (2003, hlm. 33) mengklasifikasi menjadi dua tipe, yaitu: ***Pertama***, kelompok yang menggabungkan (*merged*) agama dengan profesional dalam kesehatan mental, seperti *Christian Association for Psychological Studies* (1953), *Academy of Religion and Mental Health* (1954), dan *American Foundation of Religion and Psychiatry* (1958). ***Kedua***, kelompok pemerhati khusus dalam kelompok besar, seperti *Friends Conference on Religion and Psychology* bagian dari *the World Conference of Friends at Swarthmore* (1937), *Association for Spiritual, Ethical, and Religious Values in Counseling* bagian dari *the American Counseling Association* (1950-an), *Psychological Interpretations in Theology* bagian dari *the American Academy of*

Religion (1973), dan *Psychology of Religion* [*Division 36*] bagian dari *the American Psychological Association* (1947).

Bukti lain dari integrasi juga mucul di kalangan akademisi. Pada tahun 1965, *Fuller Theological Seminary* mulai menawarkan gelar doktor dalam bidang psikologi yang disetujui oleh APA. Program doktoral integrasi psikologi dan agama juga ditawarkan oleh Azusa Pacific University, Biola University, Boston University, George Fox University, Loyola University, Regent University, dan Wheaton College. Tercatat pula program nonakreditasi menawarkan program master integrasi spiritual dan agama dengan konseling (Miller, 2003, hlm. 33).

Pada tahun 1996, Vande Kamp juga mencatat bukti integrasi tersebut melalui terbitnya literatur jurnal dan buku. Beberapa jurnal yang tercatat, antara lain: *Inward Light: Journal of the Friends Conference on Religion and Mental Health* (1937), *Counseling and Values* (1956), *Journal of Religion and Health Insight* (1961), *Quarterly Review of Religion and Mental Health* (1961), *Journal of Transpersonal Psychology* (1969), *Journal of Psychology and Theology* (1973), *Journal of Psychology and Judaism* (1976), dan *Journal of Psychology and Christianity* (1982). Adapun buku teks, antara lain caturlogi *Formative Spirituality* yang ditulis Adrian van Kaam (1995) yang salah satu bukunya berjudul *Transcendence Therapy*.

Pada tahun 1979, Rizzuto melakukan integrasi dengan mendalami persepsi klien dengan cara merefleksikan "Tuhan" dalam *primary introjects* dari sesi konseling. Tujuan integrasi ini adalah untuk mengetahui *internal perspective* dari klien. Pada tahun 1989, Amit Kumar Das mengintegrasikan konseling humanistic Maslow dan Rogers dengan Vedandic Hinduism dan Buddhism (Theravada and Mahayana) yang menekankan tentang aktualisasi diri (*self-actualization*).

Pada tahun 1993, J.R. Suler (1993) mengintergrasikan Psikoanalisis dengan Buddhisme. Pada tahun 1994, D.L. Mattson membuat formula "*three Ps*", dalam sesi konseling, yaitu: *place* (menata tempat konseling bernuansa spiritual), *person* (konselor memahami nilai spiritual klien), dan *philosophy* (konselor dan klien

saling menyadari untuk saling memfasilitasi dimensi spiritual masing-masing). Pada tahun 1996, Elizabeth Hermsen mengintegrasikan aspek *complimentary* (*unconditional positive regard*) dari teori Rogers tentang Terapi *Client-Centered* dengan Taoisme.

Pada tahun 1996, K.E. Farnsworth menemukan tiga tipe konselor dalam perspektif Kristiani, yaitu: Pertama, tipe CNO: *Christians in Name Only*, yaitu konselor yang bergantung hanya kepada psikologi dan kurang banyak menggunakan teologi. Kedua, tipe BGG: *Bible-grounded and Bible-guided,* yaitu konselor yang menggunakan Bible untuk menjelaskan masalah dan solusinya tetapi sama sekali mengabaikan psikologi. Ketiga, CBS: *Christ-centered, Bible-based, and Spirit-inspired,* yaitu yang konselor yang mendedikasikan konseling untuk Kristus. Mereka disebut *true Christian counselor* karena mengikuti prinsip-prinsip Bible dan menggunakan *holy spirit* untuk menentukan prosedur dalam konseling.

Sebelum temuan Farnsworth, Hidnson (1982, hlm. 207-19) pernah mengemukakan tentang munculnya perdebatan tentang berdosa atau tidaknya menggunakan Kitab Suci dalam konseling. Namun, aplikasi intervensi konseling dan psikoterapi melalui Kitab Suci berkembang cukup pesat. Istilah yang muncul kemudian adalah *Scripture Counseling*, yaitu wahana konseling dengan menggunakan kata-kata Tuhan atau *the word of God or gods* (Mack, 1998, hlm. 63; McCarron, 2004, hlm. 8; Garzon, 2005, hlm. 113; Tan, 2009, hlm. 37).

Tan (2009, hlm. 7) menyebut konseling ini sebagai inspirasi dari atau oleh Tuhan (*inspired of/by God*). Salah satu teknik konseling Kitab Suci adalah melalui membaca Kitab Suci (*reading scripture*). Lines (2006, hlm. 160-161) menjelaskan "*Reading scripture has regularly been viewed as appropriate in religious counseling, both for spiritual edification and as a source of teaching on how to live*." Sebagai Teks Agama, Kitab Suci kaya dengan sejarah spiritual dan kebajikan moral sebagai pembelajaran hidup dari Tuhan.

Kalangan Muslim juga mempraktekkan intergrasi ini, yaitu dengan menggunakan pembacaan Al-Quran. Salah satunya adalah Dr. Ahmad Al-Qadhi di

Klinik Akbar di Florida Amerika Serikat. Pada tahun 1984, Al-Qadhi melaporkan hasil risetnya bahwa sekadar mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran, seorang Muslim, baik yang bisa bahasa Arab maupun yang tidak, dapat merasakan perubahan fisiologis yang besar, seperti penurunan depresi, kesedihan, bahkan dapat memperoleh ketenangan, menolak berbagai penyakit, dan merasakan perubahan lainnya hingga 95% (Badri, 2000, hlm. 47-48, Akhmad, 2014, hlm. 8-9). Aziz Ahmad Quadri, seorang psikiater di Mental Health Center, Aurangabad India, juga melakukan praktek terapi melalui *treatment* dengan mengajak dialog kepada klien menggunakan ayat-ayat Al-Quran yang disesuaikan dengan gejala-gejala gangguan psikologis yang dialami oleh pasiennya.

Pedak (2009, hlm. 52) menyimpulkan bahwa membaca Al-Quran dengan lisan mampu meningkatkan kualitas emosi positif pembacanya. Hal ini disebabkan karena impuls tidak hanya datang dari penglihatan tetapi juga dari pendengaran. Selain itu, membaca Al-Quran dengan pemaknaan akan memberi dampak positif pada kecerdasan dan emosi. Salim (El-Syakir, 2014, hlm. 197) menjelaskan bahwa seseorang merasa tenang sampai 65% ketika mendengarkan bacaan Al-Qur'an dan hanya 35% ketika mendengarkan bahasa Arab yang bukan dari Al-Qur'an.

Aplikasi integrasi Al-Quran dalam konseling juga pernah dilakukan oleh Shaima Ahammed pada tahun 2010. Dalam artikel yang berjudul *Applying Qur'anic Metaphors in Counseling*, yang dalam *International Journal for the Advancement of Counselling*, Volume 32, Number 4, December 2010 , hlm. 248-255(8), Ahammed menjelaskan tentang aplikasi metafora Al-Quran dalam konseling. Ahammed menjelaskan bahwa, "*the value of Qur'anic metaphors as therapeutic tools in counseling*."

Dalam konteks sejarah integrasi Al-Quran dalam konseling di Indonesia, tercatat pernah dilakukan oleh Uman Suherman (2005) dan Anwar Sutoyo (2006). Suherman (2005, hlm. 121) menyimpulkan bahwa pendekatan konseling Qurani dapat mengembangkan keterampilan hubungan sosial. Sedangkan Sutoyo (2006, hlm. 198) menyimpulkan bahwa pendekatan Konseling Qurani dapat meningkatkan

religiusitas yang terkait dengan pemahaman, yang awalnya dipahami salah berubah menjadi pemahaman yang benar.

Integrasi Tadabbur Al-Quran dengan bimbingan dan konseling, berdasarkan fakta sejarah merupakan hal yang sangat memungkinkan. Tadabbur Al-Quran hakikatnya merupakan bentuk dari *Reading Scripture*. Sedangkan *Reading Scripture* merupakan wahana konseling dengan menggunakan kata-kata Tuhan yang pernah dilakukan oleh para praktisi konseling spiritual. Tadabbur Al-Quran adalah wahana untuk membaca, merenungkan dan mencermati ayat-ayat Al-Quran dengan tujuan untuk mengetahui dan memahami makna-makna, hikmah-hikmah, serta maksudnya. Melalui pemahaman makna, hikmah, dan maksud ayat-ayat dalam Al-Quran diyakini akan menjadi wahana pengembangan diri sekaligus terapi untuk perbaikan diri, kebersihan hati, dan penjagaan diri dari segala kemelut hidup. Al-Quran adalah Kitab Suci yang seluruh isinya berkaitan dengan manusia dan perilakunya. Al-Quran juga berbicara tentang bagaimana pengembangan karakter mulia dan langsung memberikan bimbingan langsung tentang pengembangan tersebut. Hussain (2011: 14) menjelaskan bahwa, "*The Al-Qur'an deals with the human psych and exemplifies the challenges to behavioural change and character development through it's narratives, analogies, and direct guidance*."

E. Kerangka Pikir

Mengembangkan karakter sabar kepada remaja yang sedang dalam masa bergejolak namun penuh potensi merupakan misi yang sangat penting. Upaya mengembangkan karakter sabar kepada remaja sama dengan memberikan sinar untuk menapaki jalan kehidupan bagi mereka. Muslim (Al-Hilaly, 1422, hlm. 80) meriwayatkan sebuah hadits yang memuat sabda Rasulullah SAW, "…*ash-shabru dhiyā-un*." Rasulullah SAW memetaforakan sabar dengan sinar yang disertai panas yang dalam bahasa Arab disebut "*dhiyā-un*". Ibarat matahari, walaupun disertai terik dan panas serta mengakibatkan letih dan peluh, tetapi semua yang disinari matahari akan terlihat jelas. Peluang untuk menggapai cita-cita menjadi lebih

mudah dijalani. Begitu pula dengan segala rintangan dan hal-hal yang membahayakan akan mudah dihindari dan dijauhi.

Apabila karakter sabar tumbuh berkembang, maka tidak hanya persoalan perilaku yang tidak menguntungkan dapat terkendalikan, tetapi sosok generasi masa depan yang menguntungkan juga dapat terwujudkan. Remaja yang sabar adalah remaja yang memiliki sikap tenang, simpati, toleran terhadap orang lain, mampu mengontrol diri, tidak mudah mengeluh dan marah, pekerja keras dan tahan dalam menjalankan tugas dan mengejar cita-citanya.

Dalam kancah tantangan Abad 21 (*The Challenges of 21th Century*), yaitu era globlisasi dan informasi, peran sumberdaya manusia yang berkarakter sabar sangat menentukan kualitas kehidupan masyarakat. Generasi Emas 2045 yang didambakan idealnya berkarakter sabar. Sebab, karakter sabar memenuhi keterpaduan nilai dalam pendidikan alih generasi yang menuntun bangsa ke jalan nilai-nilai moral dan spiritual dan bertanggung jawab atas kemaslahatan masyarakat, dunia, dan lingkungan alamnya.

Sabar adalah setengah dari keimanan (Ibnul Qoyyim, Tt: hlm. 10). Sebagimana iman, kesabaran bersifat fluktuatif, kadang naik dan kadang turun. Fluktuasi kesabaran tentu dipengaruhi oleh faktor yang memiliki determinasi untuk menguatkan dan melemahkannya. Meskipun kesabaran itu berat dan tidak disenangi, tetapi memungkinkan untuk diwujudkan dan dikuatkan. Jalan untuk menguatkan (*ways of strengthening*) merupakan faktor yang diasumsikan paling berpengaruh terhadap kesabaran.

Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) menyebutkan dua faktor, yaitu ilmu (*knowledge*) dan amal (*action*). Ilmu adalah pengetahuan tentang manfaat dan keutamaan suatu perintah serta mengetahui bahaya dan keburukan suatu larangan. Sedangkan amal berkaitan dengan pengalaman (*experience*) seseorang ketika mengalami pergulatan dorongan akal dan agama melawan dorongan hawa nafsu, di mana masing-masing pihak ingin memenangkan pertarungan. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) selanjutnya menjelaskan bahwa Jika pengetahuan tentang dua unsur

tersebut dipahami sebagaimana mestinya, maka pengetahuan tersebut akan melahirkan tekad yang benar, kekuatan jiwa yang besar, dan harkat kemanusiaan.

Berdasarkan studi pendahuluan untuk mengkonfirmasi dua faktor yang determinan menguatkan dan melemahkan kesabaran terhadap 120 siswa Kelas XI dari 3 sekolah, yaitu MA Al-Quran Lembang Kab. Bandung Barat, MA Persatuan Islam No. 1 Pajagalan Kota Bandung, dan SMA Muhammadiyah Cibiuk Garut, diperoleh data bahwa: (1) Sebanyak 74,3% siswa mengetahui hakikat sabar dan 83,6% meyakini keutamaan dan manfaat jika mereka bersabar. Namun, berdasarkan pengalamannya sendiri, mayoritas siswa mengakui bahwa sulit mewujudkan sabar dalam tindakan (*action*). (2) Sebanyak 80% siswa menyebutkan bahwa faktor penyebab kesulitan bersabar adalah lemahnya mental, kontrol diri dan kekuatan jiwa terhadap godaan syetan dan lingkungan. Sedangkan 11% menyebutkan bahwa kurangnya mengingat Allah dan tidak ikhlas dalam hidup menjadi penyebab sulitnya bersabar. Sedangkan sisanya, 9% dikarenakan faktor lain-lain, seperti berpikir negatif dan rasa ingin tahu.

Selanjutnya, (3) sebanyak 45,83% siswa remaja membutuhkan penguatan ilmu agama agar dapat selalu mengingat, beriman dan bertaqwa kepada Allah agar mampu bersabar. Sebanyak 20,83% siswa remaja membutuhkan dukungan orang tua supaya dapat bersabar. Sebanyak 16,67% membutuhkan motivator yang dapat membangkitkan semangat untuk bersabar. Sebanyak 11,67% membutuhkan teman dan orang terdekat untuk mendukungnya bersabar. Sedangkan 5% sisanya membutuhkan hal-hal lain, seperti keinginan terpenuhi baru dapat bersabar.

Berdasarkan hasil survey untuk mengetahui intensitas kesabaran 357 siswa Kelas XI dari MAN 1 Kota Bandung sebagai tindak lanjut hasil studi pendahuluan, diperoleh data bahwa: (1) sebanyak 72,55% siswa masuk kategori relatif mampu bersabar, sedangkan sisanya 27,45% masuk kategori relatif belum mampu bersabar; (2) sebanyak 64% dari total siswa yang masuk kategori relatif mampu bersabar berasal dari Kelas Program IPA, sisanya 36% berasal dari Kelas Program IPS; (3) sebanyak 14,29% dari total siswa yang masuk kategori relatif belum

mampu sabar berasal dari Kelas IPA, lalu 21,43% berasal dari Kelas IPS, sedangkan sisanya 64,29% berasal dari Kelas Program Agama; (3) tidak ada seorang pun siswa dari Kelas Agama yang masuk kategori relatif mampu bersabar.

Hasil survey untuk mengetahui intensitas kesabaran remaja menunjukkan data yang ekstrim, yaitu seluruh siswa dari Kelas Program Agama relatif belum mampu bersabar. Lazimnya, siswa dari Program Agama memiliki tingkat kesabaran yang lebih baik dibandingkan siswa dari Program IPA dan IPS karena pengetahuan tentang kesabaran diasumsikan lebih baik. Asumsi tersebut ternyata tidak tepat karena setelah konfirmasi kepada siswa yang memperoleh skor kesabaran tertinggi dari Program IPA dan siswa yang memperoleh skor terendah dari Program Agama diperoleh informasi bahwa: (1) angket diisi dengan sungguh-sungguh, sebenar-benarnya, dan sejujur-jujurnya; (2) siswa pemeroleh skor kesabaran tertinggi berasal dari Madrasah Tsanawiyah dan mengaku belajar intensif agama dengan tinggal di pondok pesantren, bahkan tetap di pondok sampai bersekolah di MAN 1 Kota Bandung; (3) siswa pemeroleh skor kesabaran terendah berasal dari SMP dan mengaku tidak belajar agama secara intensif. Alasan masuk Program Agama pun terpaksa karena tidak lolos masuk Program IPA.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan survey untuk mengetahui intensitas kesabaran siswa, dapat disimpulkan bahwa pengembangan karakter sabar harus dimulai dari pemberian bantuan kepada remaja untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang sabar dan keterampilan dasar agar mampu bersabar dalam dinamika pencapaian tugas-tugas perkembangannya.

Pengembangan karakter sabar melalui layanan bimbingan ini dilandasi oleh konsep bahwa karakter sabar dapat ditransformasikan melalui proses pendidikan dan bimbingan. Karakter dapat dikembangkan dalam bingkai normatif. Secara nativistik, potensi sabar bersifat *thabi-i* (*naturally*) yang telah diberikan Allah pada saat menyempurnakan penciptaannya. Tetapi secara empiristik, kesabaran dapat diperoleh melalui pembelajaran dan pembiasaan. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 33) menjelaskan bahwa: "*Fa lā yazālul-'abdu yatakallafut-tashabbura hatta yushīrush-*

shabra lahu sajiyyatan [maka seseorang yang membiasakan diri dan melatih diri untuk bersabar, maka kelak kesabaran itu akan menjadi karakter pribadinya].” Ibnu Qoyyim (Tt, hlm. 33) menambahkan bahwa upaya transformasi (*intiqāl*) bentuk karakter tertentu pada diri manusia, bukan sesuatu yang mustahil. Tetapi disebabkan hal tertentu pula, seseorang bisa saja kembali pada tabiat semula.

Mempertimbangkan bahwa sabar merupakan karakter yang sangat mendasar dan selayaknya dimiliki oleh setiap individu, maka bidang layanan yang diasumsikan tepat untuk membantu pengembangan karakter sabar adalah layanan pribadi melalui komponen program layanan dasar. Adapun strategi yang memungkinkan untuk melayani jumlah individu yang banyak adalah melalui layanan bimbingan klasikal atau layanan bimbingan kelompok dalam *setting* kelas (Permendikbud, Nomor: 111 Tahun 2014, Pasal 6 (1), (2) dan Pasal 7 (1), (2); Depdikbub, 2008, hlm. 207-208; Nurihsan, 2005, hlm. 27-32; Tan, 2004, hlm. 6-18).

Bimbingan klasikal merupakan cara yang efektif bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam memberikan informasi dan atau orientasi kepada siswa dan dapat digunakan sebagai layanan preventif. (Committee for Children, 1992; Akos, 2007; Gerler & Anderson, 1986; Lapan, Gysbers, Hugley & Arni, 1993; dalam Farozin, 2012, hlm. 145-147). Selanjutnya, model bimbingan klasikal secara empirik juga efektif untuk meningkatkan motivasi intrinsik. Melalui treatmen dengan materi yang disusun dalam satuan layanan, sejumlah pokok bahasan dan dilaksanakan dalam *setting* kelas menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap motivasi belajar (Farozin, 2012, hlm. 154).

Tujuan akhir dari *Tadabbur Al-Quran* memiliki kesesuaian dengan konsep dan strategi bimbingan dan konseling secara umum dan bimbingan klasikal secara khusus. Strategi bimbingan klasikal dalam layanan dasar bertujuan untuk membantu semua konseli agar memperoleh perkembangan yang normal, memiliki mental yang sehat, memperoleh keterampilan dasar hidup, dan mencapai tugas-tugas perkembangan (Depdikbud, 2008, hlm. 208).

Al-Lahim (1420, hlm. 10-13) menyebutkan sepuluh kunci Tadabbur Al-Quran. Berdasarkan hasil penelaahan, terdapat enam kunci yang memungkinkan diintegrasikan dalam proses bimbingan klasikal. Keenam kunci tersebut, antara lain: (1) *Qalbun* (hati), (2) *Ahdaf wa Ahammiyah* (menghadirkan tujuan dan urgensi); (3) *Tikrar* (mengulang-ulang bacaan), (4) *Tartil* (membaca dengan bagus sesuai kaidah), (5) *Jahr* (menyaringkan suara bacaan), dan (6) *Rabth* (mengaitkan lafadz dan makna ayat-ayat Al-Quran dengan realita kehidupan sehari-hari). Keenam kunci inilah yang diintegrasikan dalam bimbingan klasikal. Adapun ayat-ayat yang akan ditadabburi adalah ayat-ayat berkaitan tentang kesabaran.

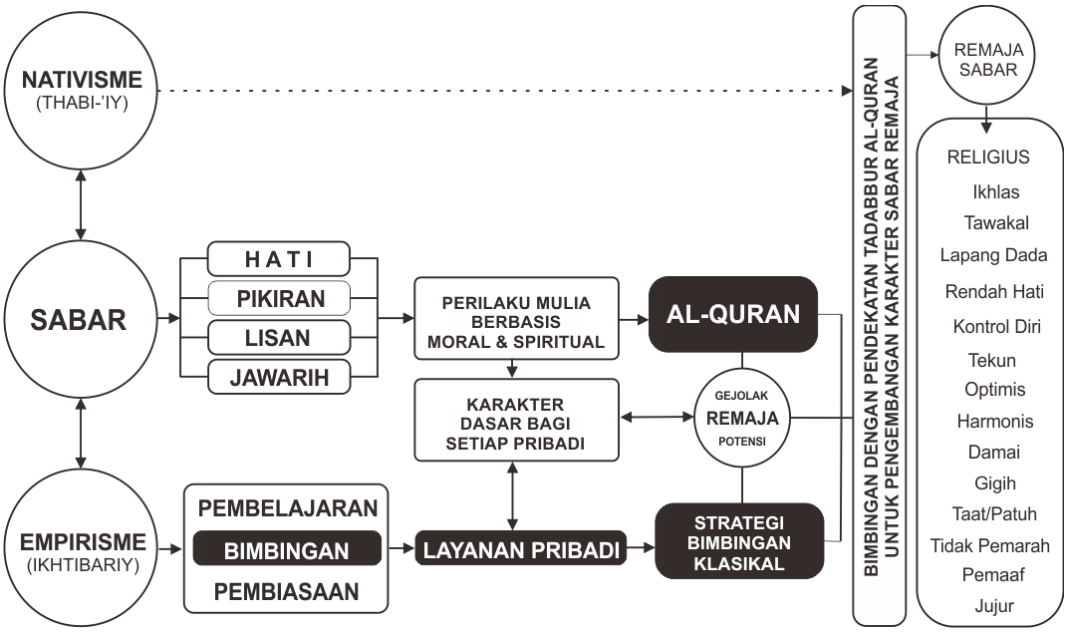
Secara praktis, integrasi Tadabbur Al-Quran dengan Bimbingan Klasikal akan mengadaptasi beberapa metode dan teknik. Metode yang akan digunakan adalah Metode Pembelajaran (*Teaching Method*). Smith (2000, hlm. 60) menjelaskan bahwa pengembangan spiritual melalui metode pembelajaran, *"…is not a set of ideas dressed up for practical service. It is rather the fruit of interaction between a set of beliefs (coherent or drawn from conflicting sources), personal qualities, goals, etc*." Adapun tahapan dalam *Teaching Method* tersebut mengadaptasi mekanisme *Classroom Meeting* dengan basis teori Terapi Realita dari William Glasser (Joyce & Weil, 1980, hlm. 210). Pertimbangannya karena karakter sabar akan nampak dalam realita kehidupan yang dialami oleh individu dalam interaksi sosial.

Sintaksis *Classroom Meeting* yang dimaksud adalah: (1) membangun iklim/suasana keterlibatan siswa (*establishing a climate of involvement*); (2) mengekspos masalah yang akan didiskusikan (*exposing the problem for discussion*); (3) membuat pertimbangan terhadap nilai yang dianut setiap pribadi (*making a personal value judgment*); (4) mengidentifikasi alternatif tindakan yang sesuai (*identifying alternative courses of action*); (5) membuat komitmen (*making commitment*); dan (6) tindak lanjut perilaku (*behavioral follow-up*).

Selanjutnya, teknik yang digunakan untuk memasukkan materi-materi Tadabbur Al-Quran adalah teknik *rift* (celah). Teknik ini diadaptasi dari konsep

teori *countertransference*. Keyakinan klien terhadap nilai-nilai ketuhanan berada dalam keadaan ketergantung (*dependence*) pada konselor. Kondisi ini membuka celah bagi konselor untuk memberikan pengaruh. Hagedorn (2005, hlm. 65) bahwa "…*the belief that counselors would unconsciously impose their values and beliefs onto clients*." Konselor dapat memberikan intervensi melalui Tadabbur Al-Quran di sela-sela penggalian melalui *sharing discuss* tentang pengalaman spiritual, keyakinan, tanggung jawab konseli terkait dengan dilema hidup yang menuntut kesabaran.

Adapun bahasa yang digunakan dalam proses bimbingan klasikal dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran adalah bahasa dan istilah-istilah yang sesuai dengan terminologi Al-Quran. Hal ini dilandasi oleh prinsip bahwa dalam proses bimbingan klasikal akan menghadirkan suasana penuh penghormatan. Berkaitan dengan teknik penggunaan terminologi dalam konseling, Miller (2003, hlm. 189) menjelaskan bahwa "*However the reader is encouraged to look beyond the language to discover how the technique may be respectfully and appropriately used in counseling*." Selanjutnya dikatakan, "...*the counselor needs to be sure the client is comportable with approach if it is religiously or spiritually based*." Kerangka pikir penelitian ini digambarkan dalam Bagan 2.2 berikut ini.



Bagan. 2.2
Kerangka Pikir Penelitian

F. Asumsi

1. Sabar merupakan perilaku spiritual seseorang yang terhubung dengan Sang Mahapencipta. Kualitas sabar tidak hanya ada pada kekuatan dalam menghadapi segala akibat buruk dan tidak menyenangkan dalam interaksi manusia dengan manusia lainnya, tetapi kualitas sabar ada pada keterhubungan seseorang dengan Tuhan Sang Mahapencipta dalam konteks keimanan dan keyakinan.
2. Sabar adalah kerja keras dan ketahanan spiritual. Oleh karenanya, sabar merupakan wahana *coping* spiritual.
3. Sabar merupakan karakter, moralitas, dan etika. Kualitas moral berbeda dengan kematangan intelektual dan emosional tetapi memiliki keterkaitan melalui perilaku yang mulia. Sabar adalah perilaku mulia. Oleh sebab itu, sabar adalah karakter karena terikat oleh akhlak yang mulia.

4. Karakter seseorang akan terlihat keasliannya ketika menyelesaikan masalah yang dilematis. Sebagai karakter, tingkat kesabaran akan nampak ketika seseorang menghadapi dilemma moral, yaitu berada dalam pergulatan antara mengikuti akal sehat dan keimanan atau menuruti dorongan hawa nafsu.
5. Karakter sabar bersifat *thabi-i* (*naturally*) yang telah diberikan Allah pada saat menyempurnakan penciptaannya. Namun, secara empiristik kesabaran dapat diperoleh melalui pembelajaran lalu menjadi kebiasaan dan akhirnya berwujud kepribadian. Karakter dapat ditransformasikan melalui proses pendidikan dan bimbingan dalam bingkai normatif.
6. Pengembangan karakter sabar tidak dapat dipisahkan dari keyakinan terhadap kebenaran tentang adanya *The Great/Supreme Power* yang menciptakan alam semesta dengan segala isinya, yaitu Allah SWT, Pemelihara alam semesta. Oleh sebab itu, proses bimbingan untuk mengembangkan kesabaran diintegrasikan dengan pendekatan yang merefleksikan bimbingan dari Allah SWT, yaitu dengan mentadabburi Al-Quran karena Al-Quran adalah Kalamullah.
7. Program layanan dasar dengan strategi bimbingan klasikal dianggap tepat untuk membantu konseli mengembangkan karakter sabar sekaligus memberikan fungsi preventif terhadap munculnya perilaku tidak sabar dengan berbagai bentuknya.
8. Teknik membukakan hati, membacakan ayat secara mengulang-ulang dengan mengeraskan keras tapi perlahan, tidak tergesa-gesa, penuh khidmah dan penghayatan, serta mengaitkan lafazh dan maknanya dengan realita kehidupan sehari-hari menjadi kunci untuk pengembangan karakter sabar.

G. Hipotesis

Hipotesis penelitian dirumuskan sebagai berikut.

1. Tidak terdapat perbedaan status kesabaran remaja pada kelompok kontrol sebelum implementasi (*Pretest*) dan sesudah implementasi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran (*Posttest 1*) dan (*Posttest 2*).

   Hipotesis statististiknya :

   $H_0 : \mu = \mu1 = \mu2$

   $H_1 : \mu \neq \mu1 \neq \mu2$

2. Tidak terdapat perbedaan status kesabaran remaja pada kelompok eksperimen sebelum implementasi (*Pretest*) dan sesudah implementasi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran (*Posttest 1*) dan (*Posttest 2*).

   Hipotesis statististiknya :

   $H_0 : \mu = \mu1 = \mu2$

   $H_1 : \mu \neq \mu1 \neq \mu2$

3. Tidak terdapat perbedaan status kesabaran remaja antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen sebelum implementasi (*Pretest*) dan sesudah implementasi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran (*Posttest 1*) dan (*Posttest 2*).

   Hipotesis statististiknya :

   $H_0 : \mu = \mu1 = \mu2$

   $H_1 : \mu \neq \mu1 \neq \mu2$

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Merujuk pada tujuan umum dan tujuan khususnya, penelitian ini berada dalam satu kontinum antara penelitian murni (*basic research*) dan penelitian terapan (*applied research*). Tujuan akhir dari penelitian ini adalah tersusunnya suatu kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran yang efektif untuk mengembangkan karakter sabar remaja. Tentunya, untuk memperoleh aplikasi kerangka kerja yang efektif, diperlukan pengujian untuk mengukur kemampuannya dalam memecahkan masalah. Dalam konteks penelitian ini, yang dimaksud adalah untuk mengembangkan karakter sabar remaja.

Selain diarahkan untuk menghasilkan produk bimbingan yang tervalidasi, penelitian ini juga dirancang untuk menemukan kendala-kendala dalam aplikasi layanan dan faktor-faktor yang dapat mendukung pengembangan layanan bimbingan. Penelitian ini dituntut untuk menemukan kendala-kendala yang dihadapi oleh konselor sekolah dalam mengaplikasikan layanan bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar remaja. Penelitian ini juga dituntut untuk menemukan faktor-faktor yang dapat mendukung pengembangan layanan bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar remaja.

Demi menemukan kendala-kendala dalam aplikasi tersebut diperlukan upaya untuk memotret secara holistik terhadap kasus yang dihadapi konselor sekolah selama mengaplikasikan layanan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran. Selanjutnya, demi menemukan faktor-faktor yang dapat mendukung pengembangan layanan bimbingan, maka interaksi dalam hubungan *reciprocal* diperlukan untuk mengkonstruksi gejala perubahan dalam kesabaran. Melalui interaksi tersebut, peneliti dapat mengeksplorasi pengalaman yang dirasakan oleh siswa-siswa yang menjadi subjek penelitian selama mendapatkan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran.

Metode penelitian yang telah diaplikasikan dalam penelitian ini adalah *Mixed Method*, yaitu metode campuran antara pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Penggunaan metode secara parsial atau terpisah dianggap akan kehilangan akurasi. Sugiyono (2013, hlm. 401) menjelaskan bahwa kombinansi dua metode ini dianggap tepat karena pendekatan yang dilakukan secara sendiri-sendiri tidak cukup akurat untuk memahami masalah penelitian ini

Pemaduan dua metode dalam penelitian ini juga dianggap tepat karena paradigma penelitian adalah pragmatisme, yaitu bersifat praktis dan mengutamakan kegunaan atau kemanfaatan. Cresswel (2007, hlm. 23) menjelaskan bahwa ”*In pragmatism, the approach may combine deductive and inductive thinking, as the researcher mixes both qualitative and quantitative data*.” Teddlie & Tashakkori (2009, hlm. 4) menjelaskan bahwa ”*Mixed methodologists working primarily within the pragmatist paradigm amd interested in both narrative and numeric data and their analyses*.”

Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mendapatkan gambaran secara deskriptif tentang kesabaran remaja dan untuk menguji efektifitas layanan. Kategori rancangan riset kuantitatif yang digunakan adalah survey dan eksperimental. Secara lebih spesifik, metode eksperimental yang digunakan adalah *Quasi-Experimental* dengan tipe pertama dari *Interpretable Nonequivalent Group Design*, yaitu *the pretest-posttest design*. Menurut Sugiyono (2013, hlm. 118), desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control group desain*. Bedanya hanya pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Happner, etc. (2008, hlm. 183), mendiagramkan sebagai berikut:

Non R	O1	X	O2
Non R	O3		O4

Bagan 3.1
Desain Kelompok Kontrol Nonequivalent

Pemilihan tipe ini didasari pertimbangan bahwa hasil *pretest* untuk mengumpulkan data status kesabaran terhadap siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 menempatkan Kelas Agama A dan Kelas Agama B sebagai kelas dengan status kesabaran rendah. Keduanya sama-sama berstatus rendah pada dimensi dan semua aspek. Oleh sebab itu, untuk penjajagan pengembangan pada kelompok remaja yang berstatus kesabaran rendah, maka Kelas Agama A dijadikan sebagai kelompok kontrol atau pembanding (*comparison*). Adapun Kelas Agama B sebagai kelompok eksperimen yang diberi perlakuan (*experimental treatment*). Alasan penempatan ini, walaupun sama-sama berstatus rendah, tetapi skor rata-rata Kelas Agama B lebih kecil dari Kelas Agama A.

Teknik penempatan sampel partisipan secara nonrandom ini boleh jadi dianggap sebagai kebetulan dan dianggap subjektif. Tetapi hal ini bukan tanpa alasan ilmiah. Setidaknya, penempatan seperti ini lebih baik daripada hanya memberikan perlakuan dan *posttest* kepada satu kelompok saja. Happner (2008, hlm. 184) menjelaskan bahwa, ”*The pretest-postest nonequivalent groups design is a stronger and more interpretable design than the postest-only nonequivalent groups design allows for an examination of some of the inevitable pre treatment differences.* Selain itu, dengan membandingkan skor *pre-test dan post-test* pada dua kelompok yang sama-sama status sabar rendah, dengan memberi perlakukan kepada satu kelompok, peneliti dapat menentukan apakah perubahan terjadi atau tidak. Pemilihan tipe ini juga didasari oleh pertimbangan bahwa dinamika dalam satu kelompok akan lebih memudahkan untuk di dalami dengan pendekatan kualitatif karena penelitian ini didekati dengan metode campuran.

Setelah rancangan uji coba dengan desain kelompok kontrol nonequvalent dilaksanakan dan hasilnya menunjukkan perbedaan signifikan dengan kesimpulan bahwa perlakukan sangat efektif, maka untuk mengetahui sejauh mana efek dari perlakukan bertahan lama, desain penelitian eksperimen ini pun dikembangkan pada tipe lain. Pengembangan tersebut bersifat penguatan (*strengthening*) dengan menambah *posttest* yang kedua kali. *Posttest* tersebut diberikan setelah tiga

berlalu dari *posttest* pertama. Durasi tiga bulan dianggap cukup untuk mengetahui dinamika status kesabaran partisipan apalagi dalam rentang dua bulan tersebut, partisipan mengalami masa-masa penuh dinamika karena bertepatan dengan UN SMA/MA/SMK Tahun 2016.

Desain yang digunakan untuk mengetahui dinamika status kesabaran pasca *posttest* pertama mengadaptasi dari desain yang disebut Happner sebagai *the reversed-treatment pretest-posttest nonequivalent group design*. Jika pada desain ini pretest dilakukan dua kali, maka adaptasi dari desain ini adalah posttest-nya dilakukan dua kali. Hal ini dilakukan sesuai dengan tujuannya, yaitu untuk mengetahui dinamika status kesabaran pasca posttest yang pertama. Pemberian posttest yang kedua mirip dengan desain *time-series*. Jika desain *time-series* dirancang dengan beberapa pengamatan dari waktu ke waktu (*multiple observations over time*), desain ini hanya melakukan *posttest* sekali lagi saja. Dengan demikian dapat digambarkan desainnya dalam Bagan 3.2 berikut ini.

Non R	O1	X	O2	O3
Non R	O1		O2	O3

Bagan 3.2
Desain Kelompok Kontrol Nonequivalent
untuk *Posttest* Kedua

Desain ini dilakukan agar peneliti dapat melakukan kontemplasi yang lebih mendalam dan melakukan *mix analysis* dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif yang digunakan untuk menemukan kedalaman dinamika kesabaran, kendala-kendala yang dihadapi oleh konselor dalam aplikasi layanan dan faktor-faktor yang dapat mendukung pengembangan layanan bimbingan berdasarkan pengalaman yang dirasakan siswa adalah metode *Inquiry Naturalistic* dengan strategi *phenomenology*.

Tujuan dari strategi *phenomenology* sesuai dengan aspek yang hendak, yaitu pengalaman konselor dan siswa. McLeod dalam Heppner (2008, hlm. 269)

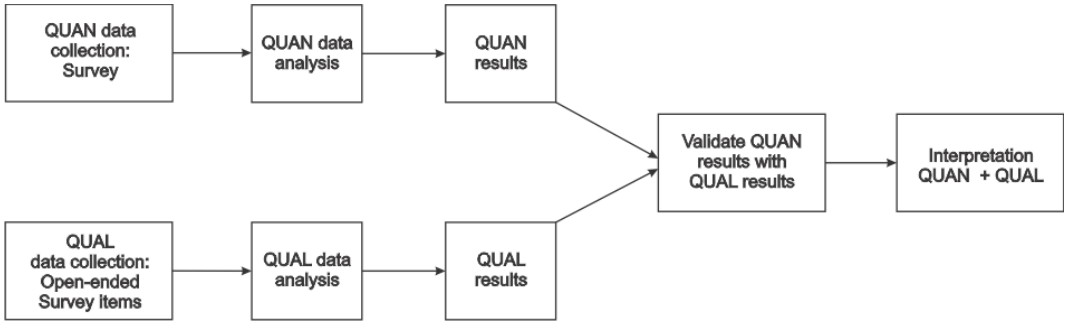
menjelaskan bahwa ”*The purpose of phenomenology is ”to produce description of the phenomena of everyday axperience, thus arriving at an understanding of the essential structures of the ’thing itself’, the phenomenon*.” Heppner (2008, 270-271) menjelaskan bahwa strategi phenomenology memungkinkan untuk mengungkap *”the lived world” of human being* yang dimanifestasikan dalam pengalaman pribadinya. Pengungkapan pengalaman dapat dilakukan melalui menuliskan respon verbal melalui jurnal-jurnal yang diisi siswa setelah mendapat bimbingan untuk mengembangkan kesabaran dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran. Jurnal-jurnal yang berisi segala perasaan dan pengalaman tersebut dianalisa melalui *exemplar study* yang merupakan bagian dari *phenomenology*.

Penggunaan metode *Inquiry Naturalistic* dianggap tepat dengan pertimbangan, bahwa:

1. Kendala-kendala yang dihadapi konselor dalam implementasi bimbingan dan pengalaman siswa selama mendapatkan bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran tidak hanya menyangkut aspek pengetahuan (*knowledge*), melainkan bersinggungan dengan semua aspek secara holisitik, seperti: bio-fisik, emosi, bahasa, sosial, kepribadian, moral, dan kesadaran serta penghayatan keberagamaan.
2. Kesabaran merupakan perilaku manusia yang bersifat kompleks karena menyangkut kepercayaan manusia, tujuan hidup, dan tindakan-tindakan yang nampak dalam lingkungan dan budaya tertentu. Oleh karena itu, eksplorasi induktif terhadap proses interaksi sosial dalam lingkungan sekolah dan keluarga menjadi ciri yang menonjol dalam penelitian ini.
3. Pemahaman terhadap *Tadabbur* Al-Quran dan kesabaran memerlukan pemaduan secara tepat antara asumsi peneliti dengan realitas yang ada. Dengan demikian paradigma naturalistik sangat diperlukan untuk memediasinya.

Strategi yang digunakan dalam rancangan metode campuran (*Mixed Method*) adalah desain triangulasi dengan model transformasi data (*Triangulation*

Design: Validating Quantitative Data Model). Strategi ini mengadaptasi desain yang dikembangkan oleh Creswell (2007: 64). Menurut Creswell (2007: 65), dengan menggunakan strategi ini, peneliti dapat melakukan analisis data secara terpisah namun kemudian data tersebut ditransformasi, dikomparasi, dan diinterelasikan satu dengan data yang lainnya. Prosedur akhir dari strategi ini adalah menginterpretasi semua data kuantitatif dan kualitatif. Bagan 3.3 berikut ini menggambarkan desain triangulasi dengan validasi data kuantitatif.



Bagan 3.3
Desain Triangulasi dengan Model Validasi Data Kuantitatif

B. Partisipan

Mempertimbangkan prinsip induksi enumeratif untuk inferensi ataupun generaliasi dalam pendekatan kuantitatif, partisipan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah siswa Kelas MAN I Bandung Angkatan 2013. Adapun sampel penelitian ini adalah para siswa Kelas Agama B MAN I Bandung Angkatan 2013. Sesuai dengan peta jalan dan tujuan penelitian, sampel dipilih secara purposif (*judgemental sampling*), yaitu mengumpulkan siswa remaja yang tingkat kesabaran remaja terendah dalam satu kelas. Hasil pengukuran potensi kesabaran yang masuk kategori rendah dianggap membutuhkan bimbingan untuk pengembangan karakter sabar dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran.

Partisipan yang dilibatkan dalam penelitian ini tentunya siswa MAN 1 Bandung dari Kelas Agama B Angkatan 2013 yang berjumlah 33 orang. Pertimbangan melibatkan siswa dari Kelas Agama B Angkatan 2013 adalah hasil pengumpulan data status kesabaran mereka pada saat mereka masih duduk di XI. Berdasarkan hasil pengukuran kesabaran yang dilakukan di penghujung Semester Genap Tahun Ajaran 2014-2015 terhadap 357 siswa Kelas XI dari 6 kelas paralel Program IPA, 4 kelas paralel Program IPS, dan 2 kelas paralel Program Agama, nilai kesabaran siswa-siswa Kelas XI Agama A dan B, secara normatif berada di bawah rata-rata. Walaupun sama-sama berada di bawah rata-rata, namun nilai Kelas XI Agama A masih lebih baik daripada Kelas XI Agama B.

Hasil pengumpulan data ststus kesabaran tersebut menarik perhatian konselor sekolah, wali kelas, dan tentu peneliti sendiri. Siswa dari Program Agama diduga akan mendapatkan nilai kesabaran tinggi dibandingkan dengan siswa dari Program IPA dan IPS. Realitanya ternyata membuktikan sebaliknya. Wali kelas dan konselor memberikan konfirmasi bahwa siswa-siswa Kelas XI Agama A dan B relatif tidak banyak bermasalah di sekolah.

Demi kepentingan akurasi data hasil pengukuran kesabaran, dilakukan konfirmasi kepada beberapa siswa tentang kesungguhan mereka dalam mengisi instrumen pengukur kesabaran remaja. Hasil wawancara dengan siswa dari kelompok *upper* dan siswa dari kelompok *lower*, memberikan informasi bahwa mereka mengisi instrumen dengan jujur dan apa adanya.

Mempertimbangkan tujuan-tujuan yang lebih spesifik dan mendalam dari penelitian ini, maka diperlukan pembatasan partisipan dalam jumlah yang memungkinkan untuk ditelaah secara alamiah. Oleh sebab itu, peneliti memutuskan untuk mengambil siswa dari Kelas XI Agama B saja sebagai partisipan penelitian, yang pada saat *treatment* diberikan, partisipan sudah naik ke Kelas XII.

Mempertimbangkan pula prinsip ekstrapolasi dilakukan pemilihan subjek penelitian dari sampel yang paling memenuhi kriteria-kriteria untuk didalami

secara alamiah. Subjek penelitian tersebut merupakan sumber data utama yang dapat memberikan informasi. Tradisi penelitian kualitatif tidak hanya menjadikan manusia sebagai sumber data, tetapi dapat juga berupa peristiwa atau situasi yang diamati.

Berdasarkan kriteria yang relevan dengan masalah penelitian yang telah dirumuskan, maka subjek penelitian sebagai sumber data utama (primer) adalah siswa atau beberapa siswa Kelas XII Agama B yang menjadi partisipan dan konselor sekolah atau guru pembimbing di MAN 1 Bandung. Adapun sumber data pelengkap (sekunder) adalah beberapa pihak yang memungkinkan dapat memberikan informasi mengenai subjek penelitian. Informasi yang berkaitan dengan tingkah laku, yang dinamika kesabaran subjek penelitian tersebut mungkin diambil dari: (1) Wali Kelas XII Agama B, (2) staf TU di Pusat Layanan Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandung, (3) guru yang mengajar di Kelas XII, (4), siswa atau beberapa siswa dari partisipan, (5) siswa siswa atau beberapa siswa dari kelas paralel, (6) siswa atau beberapa siswa dari unit-unit kegiatan kesiswaan, atau (7) orang tua dari subjek penelitian.

Sesuai dengan tradisi penelitian kualitatif, penentuan subjek penelitian tidak dibatasi jumlahnya, tetapi dilakukan terus menerus sesuai dengan kebutuhan dan pengungkapan makna dari setiap fenomena. Namun demikian, penataan dan pemilihan unit-unit demi menjamin ketajaman data tetap menjadi pertimbangan utama.

C. Instumen Penelitian

Berdasarkan jenis data yang diperlukan dan subjek penelitian, maka dikembangkan tiga buah instrumen, yaitu pertama, alat pengumpul data kesabaran remaja berupa skala status kesabaran remaja. Kedua, pedoman penilaian kerangka kerja dan petunjuk teknis bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Adapun yang ketiga, instrumen evaluasi dan tindak lanjut.

1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Pengertian sabar remaja yang dimaksud dalam penelitian merujuk pada definisi dari Ibnul Qoyyim, Al-Utsaimin, dan Al-Hilaly. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 15) mendefinisikan sabar sebagai berikut: "*Habsun-nafsi 'anil-jaza'i, wal-lisāni 'anit-tasyakkī wat-tasahhuthi, wal-jawārihi 'an lathmil-khudūdi wa syaqqil-juyūbi wa nahwihā* [menahan jiwa untuk tidak berkeluh kesah, menahan lisan untuk tidak meratap, dan menahan anggota badan untuk tidak menampar pipi, merobek baju, dan lain sebagainya]."

Al-Utsaimin (1423, hlm. 84) mendefinisikan sabar sebagai berikut: "*Habsun-nafsi 'ala tsalātsi 'umūrin: al-awwal: thā'atillāh; ats-tsānī: 'an mahārimillāh; ats-tsālits: 'alā aqdārillāh al-muallafah* [menahan jiwa atas tiga hal, yaitu: pertama, dalam ketaatan kepada Allah; kedua, dari terjerumus dalam apa yang diharamkan Allah; dan ketiga, untuk menerima ketentuan (takdir) Allah yang tidak menyenangkan].

Al-Hilaly (1422, hlm. 78) mendefinisikan sabar sebagai berikut: "*Habsun-nafsi 'ala thā'atillāh bil-muhāfazhati 'alaihā dawāman, wa ri'āyatihā ikhlāshan, wa tahsīnuhā 'ilman, wa kaffun-nafsi 'anil ma'āshī, wa tsibātihā fī muqābalatisya-syahāwāti wa muqāwamatil-hawā, war-ridhā bi qadhāil-lāhi wa qadarihi dūna syakwā fīhi wa lā ma'ahu* [menahan jiwa untuk menjaga ketaatan kepada Allah selamanya, memelihara keikhlasan, memperbaiki/ memperbagus ilmu, menahan jiwa dari melakukan dosa (maksiat), teguh pendirian ketika menghadapi godaan syahwat dan dorongan hawa nafsu, dan rida terhadap keputusan dan takdir Allah tanpa keluh kesah].

Merujuk pada tiga definisi tersebut, yang dimaksud dengan sabar remaja pada penelitian ini, secara operasional didefinisikan sebagai skor respon siswa remaja di MAN 1 Bandung Angkatan 2013 terhadap indikator-indikator kesabaran yang menggambarkan kemampuannya untuk menjaga gejolak hati, pikiran, lisan, dan jawarih (anggota badan) dari melanggar aturan agama yang berlaku dalam diri sendiri atau diberlakukan dalam keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat.

2. Skala dan Kisi-kisi Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja

Instrumen pengumpul data kesabaran remaja disusun untuk menjaring data tentang status sabar remaja sebelum dan sesudah mengikuti bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk mengembangkan karakter sabar. Instrumen pengumpul data kesabaran remaja berbentuk skala Likert dengan menyajikan rentang intensitas pada item positif, sebagai berikut: Sangat Sering (SS) dengan bobot 4, Sering (S) dengan bobot 3, Kadang-kadang (KD) dengan bobot 2, dan Tidak Pernah (TP) dengan bobot 1. Adapun untuk item negatif, maka bobotnya adalah sebaliknya, yaitu: Sangat Sering (SS) dengan bobot 1, Sering (S) dengan bobot 2, Kadang-kadang (KD) dengan bobot 3, dan Tidak Pernah (TP) dengan bobot 4.

Indikator-indikator karakter sabar remaja diturunkan dan dikembangkan dari dimensi-dimensi kesabaran yang dikemukakan oleh Ibnul Qoyyim Al-Jauziyyah yang dituliskannya dalam Kitab *'Uddatush-Shaabiriin wa Dakhiratusy-Syaakiriin*. Hasil pengembangan, karakter sabar dibagi menjadi empat dimensi yang di dalamnya terdapat beberapa aspek. Keempat dimensi tersebut adalah:

a. Sabar hati, terdiri dari lima aspek, yaitu: 1) ikhlas, 2) tawakkal, 3) muraqabah, 4) berlapang dada, dan 5) rendah hati.
b. Sabar pikiran, terdiri dari tiga aspek, yaitu: 1) sadar manfaat dan mudarat, 2) mempelajari kesulitan, dan 3) mengambil hikmah.
c. Sabar lisan, terdiri dari lima aspek, yaitu: 1) berdoa dan berdzikir untuk diri sendiri, 2) mendoakan orang lain, 3) berkata baik, 4) tidak sombong, dan 5) tidak ghibah.
d. Sabar jawarih, terdiri dari tujuh aspek, yaitu: 1) tidak mengumbar syahwat perut, 2) tidak mengumbar syahwat kemaluan, 3) tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain, 4) tidak merusak barang, 5) memaafkan dan berdamai, 6) memiliki tekad yang kuat, dan 7) ihsan.

Masing-masing aspek dikembangkan lagi menjadi indikator-indikator. Selanjutnya, setiap indikator dikonstruksi dalam pernyataan-pernyataan yang

disebar secara acak dalam item positif maupun negatif. Pernyataan positif berjumlah 69 item sedangkan pernyataan negatif berjumlah 61 item. Kisi-kisi instrumen pengumpul data kesabaran remaja disajikan dalam Lampiran 2 dari laporan penelitian ini.

3. Penimbang Instrumen (*Expert Judgement*)

Demi memperoleh item-item yang valid, instrumen penelitian lazimnya ditimbang oleh beberapa orang yang dianggap pakar dalam objek yang diteliti. Penimbang Instrumen atau *Expert Judgement* biasanya memberikan penilaian terhadap konten, redaksi kalimat, serta kesesuaian item dengan indikator, aspek, dan dimensi yang akan diungkap melalui instrumen tersebut.

Instrumen untuk mengumpulkan data tentang kesabaran remaja ditimbang langsung secara internal oleh dua orang pembimbing dalam penelitian ini, yaitu Prof. Dr. Syamsu Yusuf L.N., M.Pd dan Dr. Ilfiandra. Proses konsultasi untuk penimbangan instrumen pengumpul data memakan waktu cukup panjang, yakni hampir menghabiskan waktu satu tahun. Proses reviu dan perbaikan terhadap konten, kontruk, redaksi kalimat, serta kesesuaian antara item dengan indikator, aspek, dan dimensinya dilakukan berulang kali.

Setelah dilakukan reviu dan perbaikan berulang kali, kedua orang penimbang akhirnya memberikan keputusan bahwa semua hal yang berkaitan dengan konten, kontruk, redaksi kalimat, serta kesesuaian antara item dengan indikator, aspek, dan dimensinya sudah memadai dan direkomendasikan untuk diujiketerbacaan dan diujiempirikkan. Kisi-kisi instrumen dilampirkan dalam Lampiran 2 dari laporan penelitian ini.

4. Uji Keterbacaan Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja

Uji keterbacaan instrumen dilakukan secara bersamaan dengan Uji Empiris. Setelah responden mengisi instrumen, peneliti meminta lima orang responden untuk memberikan komentar tentang apakah instrumen yang telah

diisinya dapat dipahami atau tidak. Hasil penilaian terhadap keterbacaan tidak langsung dijadikan acuan untuk merevisi instrumen, tetapi ditunda terlebih dahulu untuk disesuaikan dengan hasil uji empiris, uji validitas, dan uji reliabilitas. Hasil uji keterbacaan dan uji empirik tersebut menjadi acuan untuk mendapatkan item-item yang valid dan dapat digunakan datanya untuk dianalisis lebih mendalam.

5. Uji Empiris Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja

Demi memperoleh respon yang sesungguhnya, uji empiris instrumen pengumpul data karakter sabar remaja dilakukan dalam suasana pengukuran yang sebenarnya. Responden dikondisikan untuk tidak mengetahui bahwa pengisian instrumen merupakan suatu uji coba.

Berdasarkan pertimbangan dan saran dari beberapa pihak, terutama konselor sekolah yang menginginkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang karakter sabar seluruh siswa Kelas XI, maka uji coba empiris instrumen dilakukan kepada 357 responden yang berasal dari 6 kelas Program IPA, 4 kelas Program IPS, dan 2 kelas Program Agama.

6. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Pengumpul Data Status Kesabaran Remaja

Walaupun uji coba dilakukan kepada 357 responden, pengambilan data untuk pengujian validitas tidak diambil secara keseluruhan tetapi diambil dari dua kelas dengan perolehan skor terendah saja. Jumlah responden dari kedua kelas tersebut adalah 63 orang responden. Jumlah tersebut merupakan jalan tengah yang memungkinkan jumlah item yang valid dan tidak valid menjadi tidak ekstrim.

Keputusan tersebut diambil setelah mempertimbangkan, bahwa secara teoritik, jumlah responden mempengaruhi validitas setiap item. Semakin sedikit jumlah responden maka perbandingan besaran skor r hitung dengan skor r tabel semakin rendah atau dekat sehingga diduga akan banyak item yang masuk kategori tidak valid. Demikian pula sebaliknya, semakin banyak responden maka

perbandingan besaran skor r hitung dengan skor r tabel semakin tinggi atau jauh sehingga diduga akan banyak item yang masuk kategori valid. Uji validitas dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan *SPSS versi 17.0 for Windows.* Berdasarkan uji validitas, dari 130 item tersaring 100 item valid. Resume hasil uji validitas dilampirkan pada Lampiran 4 dari laporan penelitian ini.

Keterandalan dan konsistensi instrumen memiliki sifat relatif. Pengguna atau pihak yang memiliki kepentingan untuk memanfaatkan instrumen berada pada posisi untuk menentukan, apakah instrumen yang akan digunakannya cukup memuaskan untuk kepentingan penelitiannya atau belum. Maka, jika peneliti merasa reliabilitas instrumennya cukup memuaskan, maka instrumen tersebut dapat digunakan sebagai alat pengumpul data yang andal.

Uji keterandalan dan konsistensi instrumen pengumpul data tingkat kesabaran remaja, dilakukan dengan menggunakan koefisien reliabilitas Alpha Cronbach. Hasil pengujian dengan menggunakan *software SPSS versi 17.0 for Windows* diperoleh koefisien reliabilitas Alpha Cronbach sebagi berikut: untuk Dimensi Sabar Hati sebesar $\alpha = 0{,}754$; untuk Dimensi Sabar Pikiran sebesar $\alpha = 0{,}811$; untuk Dimensi Sabar Lisan sebesar $\alpha = 0{,}710$; dan untuk Dimensi Sabar Jawarih sebesar $\alpha = 0{,}783$. Resume hasil uji reliabilitas instrumen pengumpul data tingkat kesabaran remaja dapat disajikan pada Lampiran 4 dari laporan hasil penelitian ini. Sedangkan instrumen jadi yang disebut skala pengumpul data kesabaran remaja dilampirkan pada Lampiran 5 dari laporan penelitian ini.

7. Kategorisasi Status Kesabaran

Kategorisasi dalam sebuah pengukuran atribut psikologi pada dasarnya berfungsi sebagai acuan normatif. Azwar (2015: 146) menjelaskan bahwa kategorisasi didasari oleh asumsi bahwa skor individu dalam kelompoknya merupakan estimasi terhadap skor individu dalam populasinya. Dalam kategorisasi, makna skor diacukan pada posisi relatif skor terhadap suatu norma

rata-rata skor populasi teoritik sebagai parameter sehingga hasil ukur yang berupa angka dapat diintrepretasikan secara kualitatif.

Kategorisasi status merupakan derajat kesabaran. Status tersebut dibagi menjadi 5 jenjang, yaitu Sangat Rendah, Rendah, Sedang, Tinggi, dan Sangat Tinggi. Penggolongan tingkat kesabaran ini menggunakan Acuan Patokan dengan rentang dan kategori sebagaimana disajikan pada Tabel 3.1 berikut ini.

Tabel 3.1
Kategori Status Kesabaran

Skor Kesabaran	Status
83,33 – 100	Sangat Tinggi
66,66 – 83,32	Tinggi
50,00 – 66,65	Sedang
33,33 – 49,99	Rendah
< 33,32	Sangat Rendah

8. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data Kualitatif

Data yang dibutuhkan untuk variabel bebas bersifat kualitatif. Hal ini disebabkan karena analisa difokuskan terhadap dinamika dan kompleksitas perilaku partisipan dan konselor/guru BK dalam implementasi bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran. Data untuk varibel bebas ini tidak dirancang dalam bentuk angka untuk dikorelasikan dan dihitung pengaruhnya terhadap variabel terikat, tetapi analisis dilakukan pada semua aspek yang berkaitan dengan perasaan dan pengalaman bersabar yang saling berhubungan secara kompleks pada saat sebelum, selama, dan sesudah mendapatkan bimbingan dengan *Tadabbur* Al-Quran.

Berdasarkan kepentingan data kualitatif, maka instrumen yang dapat menarik makna secara naturalistik adalah peneliti itu sendiri. Heppner, dkk. (2008, hlm. 282) menjelaskan bahwa peneliti harus mengumpulkan data, menganalisis, dan mempresentasikan data sebagai tugas pokok. Peneliti sebagai instrumen memungkinkan bertindak responsif dan adaptif terhadap semua isyarat yang terjadi pada latar penelitian. Selain itu, peneliti sebagai instrumen juga dapat melakukan ekspansi, penggalian secara lebih mendalam, dan klarifikasi secara langsung kepada subjek penelitian berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti sebagai instrumen, antara lain: *Pertama*, melakukan observasi (*making observations*) dan membuat catatan-catatan lapangan (*field notes*). Situasi yang diobservasi adalah perilaku subjek penelitian saat pemberian *treatment*, yaitu saat dilakukan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran. Demi menjaga keutuhan data, peneliti telah diizinkan oleh subjek penelitian untuk merekam proses bimbingan tersebut. Situasi lain yang diobservasi dan dibuat catatan lapangannya adalah saat jam masuk sekolah, jam istirahat sekolah, jam shalat berjamaah di masjid sekolah, dan jam pulang sekolah. Pada situasi tertentu, peneliti meningkatkan keterlibatan observasi sesuai situasi yang dihadapi. Sebagaimana Gold (Happner, 2008: 283) sarankan bahwa dalam observasi, keterlibatan observer bisa ditingkatkan dalam beberapa peran, antara lain dapat sebagai: *complete observer*; atau *observer-as-partisipant*; atau *participant-as-observer*; atau *complete participant*.

Kedua, melakukan wawancara (*making interviews*) kepada subjek penelitian atau partisipan, baik *face to face* maupun *indirect* melalui telepon atau pesan singkat. Hal yang diwawancarakan kepada siswa sebagai partisipan adalah pengalaman mendapatkan bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran dan bagaimana pengalaman dalam fluktuasi kesabaran sebelum, selama, dan setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran. Sedangkan kepada guru BK/konselor sekolah adalah pengalaman memberikan bimbingan dengan pendekatan tadabbur. Selain pengalaman, hal-hal yang juga

diwawancarakan kepada partisipan adalah latar belakang, kebiasaan, opini, keyakinan, perasaan, pengetahuan, dan hasil indrawi atau pengamatannya.

Ketiga, memanfaatkan material yang ada (*using existing materials*) berupa teks-teks atau dokumen-dokumen tertulis, baik yang bersifat pribadi atau dokumen lembaga/kantor. Demi melengkapi material-material tersebut, peneliti juga menyiapkan instrumen isian bebas berupa jurnal-jurnal harian tentang perasaan dan pengalaman partisipan. Selain itu, *voice record* dan *video record* proses bimbingan yang ditranskrip juga dimanfaatkan untuk melengkapi data kualitatif ini. Terakhir, *artifacts* berupa electronic message, email, dan pesan-pesan dalam media sosial yang digunakan partisipan juga digunakan sebagai alat pengumpul data.

9. Analisis dan Keterandalan Data Kualitatif

Analisis dan presentasi data kualitatif secara khusus tergantung pada strategi pengumpulan data yang digunakan. Secara generik, analisis data kualitatif dalam penelitian ini terdiri dari tiga tahap analisis, antara lain: Pertama, mendeskripsikan data hingga bernas (*thick description*). Peneliti menuliskan pengantar bagi materi-materi yang transit secara lengkap, panjang lebar, dan apa adanya dari berbagai teknis dan strategi pengumpulan data.

Kedua, mempolakan data dalam bentuk tema-tema yang sudah diberi kode dan melakukan interkoneksi antar esensi dari tema-tema yang telah dipilih dan dipolakan tersebut. Dan, ketiga adalah menginterpretasikan data yang tujuan untuk penggalian makna (*extracting meaning*) dan identifikasi konteks (*identifying context*) hingga benar-benar menukik pada butir-butir terkecil dari faktor-faktor yang mendukung pengembangan karakter sabar melalui proses bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran.

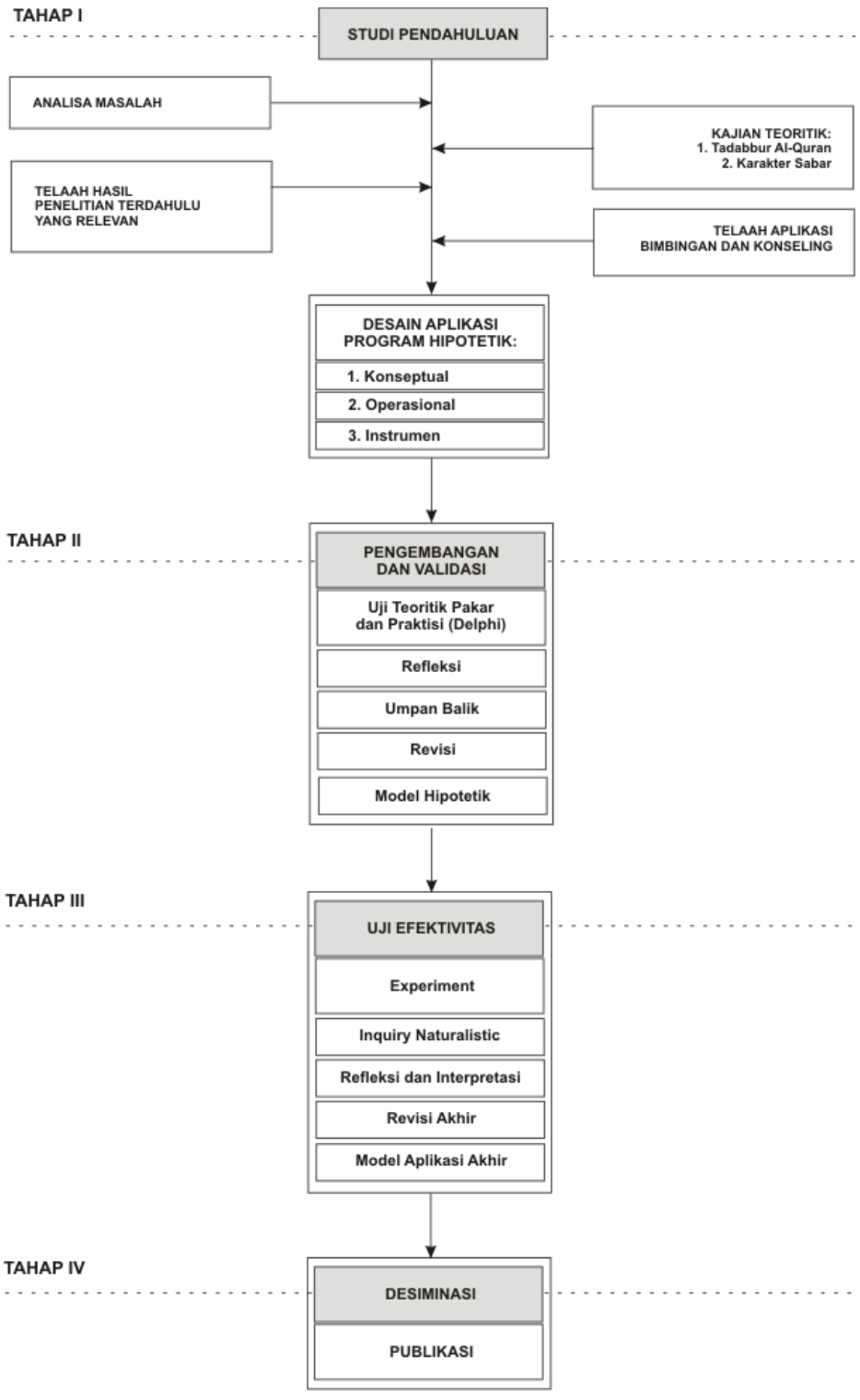
Demi menjamin keterandalan penelitian sebagai bentuk pertanggung-jawaban ilmiah, beberapa upaya dilakukan sebagai upaya memberikan kepercayaan, kebenaran, ketepatan penerapan, dan objektivitas. Upaya-upaya

tersebut, sebagaimana disarankan oleh Lincoln & Guba (1985, hlm. 289-331) antara lain: Pertama, uji kredibilitas (*credibility*) yang dilakukan melalui perpanjangan observasi, meningkatkan ketekunan, triangulasi, analisis kasus negatif, menggunakan bahan referensi, dan mengadakan *member check*.

Kedua, uji kebenaran (*dependability*) yang dilakukan melalui proses konsultasi dengan pembimbing untuk mengaudit kebenaran data berdasarkan proses penelitian di lapangan. Ketiga, uji objektivitas (*confirmability*) dengan cara konsultasi dengan pembimbing sejak awal hingga akhir penelitian. Sedangkan yang keempat, uji derajat ketepatan penerapan hasil penelitian dalam situasi, tempat, dan waktu yang berbeda (*transferability*). Walapun uji *transferability* dipandang dapat mengukur ketepatan karena memandang realitas sebagai sesuatu yang majemuk, dinamis, dan tidak berulang seperti semula, namun dalam penelitian ini uji *transferability* tidak dilakukan. Peneliti mencukupkan pengujian melalui uji kredibilitas, uji kebenaran, dan uji objektivitas.

D. Prosedur Penelitian

Prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi tahap-tahap sebagaimana tergambar dalam Bagan 3.4.



Bagan. 3.4
Tahap-tahap Penelitian

1. Tahap Pertama

Tahap pertama merupakan studi pendahuluan yang dirancang untuk menyelesaikan beberapa kegiatan, antara lain: *Pertama*, Analisa Masalah, yaitu perlunya aplikasi bimbingan dan konseling benar-benar memberikan kepastiaan mengenai apa yang seharusnya dan tidak menimbulkan keraguan di tengah kompleksitas problematika perilaku remaja masa kini. Oleh karenanya, kontribusi aplikasi bimbingan dan konseling yang bersumber pengetahuan Tuhan yang suci dan sempurna diperlukan untuk menjawab persoalan tentang apa yang seharusnya dilakukan sehingga tidak menimbulkan keraguan. Salah satu yang dicobakan adalah dengan mengaplikasikan *Tadabbur* Al-Quran dalam bimbingan dan konseling.

Setelah analisa masalah dirumuskan maka kegiatan *kedua* adalah Kajian Teoritik mengenai: (1) Hal-ihwal Tadabbur Al-Quran berdasarkan buku *Mafaatih Tadabbur Al-Quran* yang ditulis oleh Dr. Khalid Abdul Karim Al-Lahim dan (2) Karakter Sabar Remaja berdasarkan buku *'Uddatush-Shaabirin wa Dakhiratusy-Syaakirin* yang ditulis oleh Ibnul Qoyyim Al-Jauziyyah. Selanjutnya kegiatan *ketiga*, yaitu Telaah Hasil Penelitian Terdahulu yang terkait dengan konseling spiritual dan penelitian-penelitian tentang Tadabbur Al-Quran. Terakhir, kegiatan yang *keempat*, yaitu Desain Aplikasi Program Hipotetik yang terdiri dari konseptual, operasional, dan instrumen yang akan dirancang melalui proses pengumpulan data, uji coba, analisa data serta pertimbangan pakar (*Expert Judgment*) melalui teknik Delphi .

Penggunaan teknik Delphi dimungkinkan karena dengan alasan bahwa aplikasi Tadabbur Al-Quran dalam Bimbingan dan Konseling merupakan isu yang relatif baru dalam praktik bimbingan dan konseling. Oleh sebab itu, diperlukan analisa berdasarkan pandangan beberapa pakar ilmu-ilmu Al-Quran (Ulumul-Quran) dan ahli tafsir kontemporer seta pakar konseling, baik konvensional maupun Islam tentang kemungkinan adanya resolusi mengenai aplikasi Tadabbur Al-Quran dalam Bimbingan dan Konseling.

2. **Tahap Kedua**

Tahap kedua merupakan pengembangan dan validasi rasional kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja yang dirancang untuk melalui beberapa sub tahapan, antara lain: *Pertama,* uji teoritik pakar dan praktisi dengan menggunakan teknik Delphi. Pertimbangannya tentu sama dengan pertimbangan pada saat penyusunan desain model atau program hipotetik. *Kedua* adalah refleksi. *Ketiga* adalah umpan balik untuk mengidentifikasi pandangan-pandangan yang menguatkan pada suatu konsensus pada pakar. *Keempat* adalah revisi yang mengacu pada hasil konsensus para pakar. Terakhir, *kelima* adalah penyusunan kerangka kerja hipotetik.

Para pakar yang dilibatkan dalam pengembangan dan validasi rasional, antara lain: *Pertama*, seorang pakar dan guru besar bimbingan dan konseling dan pernah menjadi Ketua PB ABKIN (Pengurus Besar Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia) selama dua periode dari 2001-2009, yaitu Prof. Dr. Sunaryo Kartadinata, M.Pd. *Kedua*, seorang pakar dan guru besar bimbingan dan konseling Islam dan bimbingan dan konseling spiritual *theistic* dan pernah menjadi Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling SPs UPI Bandung, yaitu Prof. Dr. Syamsu Yusuf LN, M.Pd. *Ketiga*, seorang pakar dan guru besar bimbingan dan konseling Qurani yang saat ini menjabat Ketua Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UPI Bandung, yaitu Prof. Dr. Uman Suherman, M.Pd. Keempat, seorang doktor dalam bimbingan dan konseling, yaitu Dr. Ilfiandra, M.Pd. *Kelima*, seorang pakar Tadabbur Al-Quran, yaitu Azis Asmana, Lc., M.Ag., yang merupakan dosen Tafsir dan Hadits di STAIPI Garut sekaligus Mudir *Ma'had Aly Al-Furqaan lii Tahfiizhil-Quran* Cibiuk Kabupaten Garut. Selain itu, terkait dengan kepentingan timbangan pakar Tadabbur Al-Quran, Azis Asmana, Lc., M.Ag juga adalah pengasuh acara *Tadabbur* Al-Quran di Radio Rugeri Garut dan pembina program *Tadabbur* Al-Quran bagi masyarakat Garut yang tergabung dalam Komunitas Langit.

Pada hari Senin, 21 September 2015, para pakar ini berkumpul dan berdiskusi untuk memberikan validasi rasional terhadap *draft* Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja untuk dijadikan panduan pelaksanaan bimbingan. Proses validasi rasional tersebut direkam secara audio dan ditranskrip lalu dipetakan secara tematik berdasarkan aspek-aspek yang harus ada dalam kerangka kerja dan petunjuk teknis tersebut.

Sebelum *draft* tersebut disajikan ke hadapan para pakar untuk diuji validasi teoritik, *draft* tersebut diserahkan terlebih dahulu kepada praktisi bimbingan dan konseling di MAN 1 Kota Bandung untuk divalidasi secara praktis. Kedua praktisi tersebut adalah Dra. Ia Kurniawati, M.Pd, dan Ismi Resti Fauziah, S.Pd. Urgensi validasi dari praktisi terletak pada pentingnya rasionalisasi *draft* dengan kenyataan di lapangan tentang durasi waktu, ketersedian tempat, dan prosedur administrasi kelas. Hasil analisa dari koordinator BK MAN 1 Bandung Kota Bandung tersebut selanjutnya diimplementasikan selama tujuh kali sesi bimbingan dan dilaksanakan dalam rentang waktu 1 pekan sekali.

Kerangka Kerja sebagai panduan pelaksanaan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran disajian sebagai berikut:

a. Strategi bimbingan menggunakan layanan bimbingan klasikal.
b. Tahapan bimbingan, terdiri dari:
    1). Tahap Pembukaan (*Appetizer*)
        (a) Guru BK/konselor membangun suasana keterlibatan siswa/konseli dengan membuka hati siswa untuk butuh kepada Allah, menerima dan meyakini Al-Quran sebagai Kalamullah yang mengandung obat hati dan petunjuk bagi ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup.
        (b) Guru BK/konselor membimbing siswa/konseli untuk meluruskan niat dan memahami pentingnya mentadabburi Al-Quran.

2). Tahap Eksplorasi (*Exploration*)

(a) Guru BK/konselor menggali pengalamannya siswa/konseli yang berkaitan dengan tema yang akan diangkat.

(b) Guru BK/konselor mengidentifikasi norma-norma yang dianut oleh siswa/konseli terkait dengan pengalaman dan sikapnya tema yang akan diangkat.

(c) Guru BK/konselor menyimpulkan hasil penggalian dari pengalaman siswa/konseli dan mengaitkan dengan tema yang akan diangkat.

3). Tahap Perenungan (*Contemplation*)

(a) Guru BK/konselor mengaitkan kesimpulan dengan ayat Al-Quran.

(b) Guru BK/konselor memperdengarkan lantunan ayat yang berkaitan dengan tema yang dibacakan oleh Qori yang menyentuh hati melalui media audio-visual, pada saat yang sama siswa/konseli menyimak bacaan sambil melihat teks ayat pada Mushaf Al-Quran.

(c) Guru BK/konselor meminta seorang siswa/konseli untuk membacakan terjemah ayat.

(d) Guru BK/konselor mengajak siswa/konseli untuk merenungi/berpikir secara mendalam lalu berdiskusi dengan melalui stimulasi beberapa pertanyaan tentang pesan-pesan ayat untuk dikaitkan dengan tema.

(e) Guru BK/konselor membimbing siswa/konseli untuk menemukan pesan-pesan dan merefleksikannya terhadap masalah-masalah yang sering dihadapi berdasarkan pengalaman siswa/konseli sehari-hari.

4). Tahap Pengembangan (*Development*)

(a) Guru BK/konselor memotivasi dan mengajak siswa/konseli berkomitmen bersama untuk mengubah cara pandang dan menguatkan keyakinan terhadap pesan-pesan ayat untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

(b) Guru BK/konselor mendorong siswa untuk bergabung dalam komunitas yang dapat saling mengingatkan dan menasihati dalam kebaikan, baik yang bersifat offline maupun online.

5). Tahap Doa Penutup (*Supplication*)

(a) Guru BK/konselor menuntun doa atau meminta salah seorang siswa/konseli untuk berdoa secara nyaring dengan penuh desakan dan kekhusyuan., memohon berharap, bermunajat, dan mengadu kepada Allah agar mendapatkan petunjuk, pertolongan dan diberikan kekuatan untuk dapat bersabar.

(b) Guru BK/konselor menutup sesi bimbingan dengan mengucapkan *hamdallah* (alhamdulillah) dan ucapan salam.

c. Jadwal Intervensi

Sesi Pertama

Tema	: "*Mengapa harus Bersabar*?"
Tujuan	: Siswa memahami hakikat sabar dan menguatkan keyakinannya terhadap manfaat kesabaran.
Materi	: Tadabbur QS. Ali Imran [3]: 200; QS. An-Nisaa [4]: 28; QS. Al-Baqarah [2]: 153, dan QS. Ali Imran [3]: 146.
Metode	: *Workshop/Presentation*
Teknik	: Tadabbur dan Diskusi
Hari	: Selasa, 7 Oktober 2015
Waktu	: 2 x 45 Menit (Pukul 13.30-14.00 WIB)
Media	: *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat	: Ruang Kelas Agama B Lt. 2 Gedung Sebelah Timur Ruang BK
Pelaksana	: Kolaborasi Peneliti dan Guru BK (Diistilahkan konselor).

Sesi Kedua

Tema	: "*Jadilah Manusia Langit!*"
Tujuan	: Siswa siswa agar mampu mewakilkan segala urusannya kepada Allah SWT.
Materi	: Tadabbur QS. Al-Hadid [57]: 22; QS. Yunus [10]: 61; Al-'Ankabut [29]: 57-59 .
Metode	: *Workshop/Presentation*
Teknik	: Tadabbur dan Diskusi
Hari	: Selasa, 21 Oktober 2015

Waktu : 2 x 45 Menit (Pukul 10.00-11.30 WIB)
Media : *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat : Ruang BK
Pelaksana : Koordinator BK (Diistilahkan konselor)

Sesi Ketiga

Tema : "*Ilmu Sebelum Sabar*"
Tujuan : Siswa agar mampu mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan.
Materi : Tadabbur QS. Al-Kahfi [18]: 60-82.
Metode : *Workshop/Presentation*
Teknik : Tadabbur dan Diskusi
Hari : Rabu, 28 Oktober 2015
Waktu : 1 x 45 Menit (Pukul 10.00-10.45 WIB)
Media : *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat : Ruang BK
Pelaksana : Peneliti (Diistilahkan konselor)

Sesi Keempat

Tema : "*Tahanlah, Jangan Diledakkan!*"
Tujuan : Siswa mampu menahan gejolak pada hentakkan pertama
Materi : Tadabbur QS. Yusuf [12]: 1-20, dan QS. Yusuf [12]: 77-100.
Metode : *Workshop/Presentation*
Teknik : Tadabbur dan Diskusi
Hari : Rabu, 4 November 2015
Waktu : 1 x 45 Menit (Pukul 10.00-11.30 WIB)
Media : *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat : Ruang BK
Pelaksana : Peneliti (Diistilahkan konselor)

Sesi Kelima

Tema : "*Sabar dalam Taat*"
Tujuan : Siswa mampu mengabaikan segala godaan dalam melaksanakan kewajiban yang harus ditaati.
Materi : Tadabbur QS. Ibrahim [14]: 35-41 dan QS. Fushshilat [37]: 102-110.
Metode : *Workshop/Presentation*
Teknik : Tadabbur dan Diskusi
Hari : Rabu, 11 November 2015
Waktu : 1 x 45 Menit (Pukul 10.00-11.30 WIB)

Media : *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat : Ruang BK
Pelaksana : Koordinator BK (Diistilahkan konselor)

Sesi Keenam

Tema : "*Bertemanlah dengan Para Penyabar!*"
Tujuan : Siswa mampu bersahabat dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan yang dapat menguatkan kesabaran.
Materi : Tadabbur QS. Al-Kahfi [18]: 28-31 dan QS. At-Taubah [9]: 119.
Metode : *Workshop/Presentation*
Teknik : Tadabbur dan Diskusi
Hari : Rabu, 25 November 2015
Waktu : 1 x 45 Menit (Pukul 10.00-11.30 WIB)
Media : *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat : Ruang BK
Pelaksana : Koordinator BK (Diistilahkan konselor)

Sesi Ketujuh

Tema : "*Berdoalah Mohon Kekuatan Sabar*!
Tujuan : Siswa mampu berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT.
Materi : Tadabbur QS. Al-A'raf [7]: 117-126 dan QS. Al-Baqarah [2]: 249-252.
Metode : *Workshop/Presentation*
Teknik : Tadabbur dan Diskusi
Hari : Rabu, 16 Desember 2015
Waktu : 1 x 45 Menit (Pukul 10.00-11.30 WIB)
Media : *Whiteboard marker*, papan tulis, kertas kerja, projector.
Tempat : Ruang BK
Pelaksana : Koordinator BK (Diistilahkan konselor)

3. Tahap Ketiga

Tahap ketiga adalah validasi lapangan untuk menguji efektivitas serta melakukan analisa dan interpretasi secara kualitatif atau uji validitas praktikalitas (*practicality*). Uji efektivitas ini merupakan upaya untuk menemukan jawaban atas hipotesis, "kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran efektif untuk pengembangan karakter sabar remaja pada siswa kelas XII MAN 1

Kota Bandung Angkatan 2013 remaja". Adapun uji validitas praktikalitas adalah untuk menemukan jawaban terhadap rumusan kerangka kerja yang sesuai dengan hasil implemantasi kerangka kerja di lapangan berdasarkan apa yang dirasakan oleh para partisipan yang mendapatkan perlakukan melalui bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran.

Sebelum melakukan analisa terhadap data terkait efektivitas kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja, terlebih dahulu dilakukan uji distribusi normal untuk mengukur apakah data yang diperoleh memiliki distribusi normal sehingga dapat dipakai dalam statistik parametrik (*statistic inferensial*). Uji distribusi normal menggunakan rumus uji Z Kolmogorof-Smirnov terhadap skor *pre-test* dan skor *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai uji prasyarat.

Selanjutnya untuk mengetahui efektivitas kerangka kerja bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja, dilakukan pengolahan data kuantitatif berupa skor *pre-test* dan skor *posttest* dengan menggunakan teknik statistik uji-t dan analisis kovarian (ANCOVA) yang menganalisis kovarian dengan skor *pre-test* sebagai kovariat. Skor *posttest* tidak terlepas dari skor *pretest* sehingga dapat dikatakan bahwa skor *pretest* merupakan kovariat bagi skor *posttest*. Oleh karena itu, analisis kovariannya melibatkan korelasi antara skor *post-test* dan skor *pre-test* untuk menguji efektivitas program intervensi. Adapun teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan *software* SPSS *versi 20.0 for Windows*.

Selain menguji efektivitas, pengujian juga dilakukan atas data-data kualitatif. Analisa dilakukan dengan melakukan pemotretan secara naturalistik terhadap pelaksanaan bimbingan dengan pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk pengembangan sabar Remaja. Kegiatan ini bermanfaat karena dapat dijadikan bahan refleksi dan interpretasi yang selanjutnya dijadikan bahan revisi akhir sebelum diluncurkan Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan *Tadabbur* Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja yang paling akhir.

Strategi yang digunakan untuk mengolah data kualitatif adalah strategi *phenomenology*. Heppner (2008, 270-271) menjelaskan bahwa strategi *phenomenology* memungkinkan untuk mengungkap *"the lived world" of human being* yang dimanifestasikan dalam pengalaman pribadinya. Pengungkapan pengalaman dapat dilakukan melalui wawancara dan penulisan respon verbal melalui jurnal-jurnal (*exemplar study*) yang diisi siswa setelah mendapat bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Kedua cara pengungkapan pengalaman tersebut dapat ditriangulasi dengan data hasil observasi partisipatif yang dicatat dalam catatan-catatan lapangan (*field notes*).

Analisis data dalam penelitian ini disesuaikan dengan tradisi penelitian kualitatif, yang dilaksanakan sejak awal perolehan data hingga akhir penelitian secara terus menerus hingga datanya sudah jenuh (*redundant*). Menurut Miles dan Huberman (Sugiyono, 2007, hlm. 91), aktivitas dalam analisis data, antara lain: *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing*/*verification*.

1. *Data Reduction*, yaitu berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, lalu dicari tema dan polanya. Data tersebut memberikan gambaran yang lebih jelas untuk kemudahan pengumpulan data berikutnya. Peneliti menjadikan tujuan penelitian sebagai haluan dan memberikan kode (*coding*) untuk data-data penting.
2. *Data Display*, yaitu menyajikan data dalam bentuk uraian teks yang bersifat naratif.
3. *Conclusion Drawing* atau V*erification*, yaitu penarikan kesimpulan berupa temuan baru dari sebelumnya yang belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas. Penarikan kesimpulan dapat berupa hubungan kausal atau interaktif dan hipotesis atau teori.

Dalam praktiknya, analisis data dalam penelitian ini tidak hanya dilakukan melalui pendekatan Miles dan Huberman, namun dikombinasikan dengan

pendekatan atau model Spradley. Model tersebut berangkat secara induktif, yaitu dari yang luas, kemudian memfokus, dan meluas lagi. Analisa tersebut antara lain: analisis domain, analisis taksonomi, analisis komponensial, dan analisis tema.

4. Tahap Keempat

Tahap keempat merupakan tahap terakhir yaitu diseminasi dan publikasi. Diseminasi adalah proses penyebaran inovasi yang direncanakan dan diarahkan kepada pihak-pihak yang berkepentingan dengan praktik bimbingan dan konseling, baik para pakar ilmu bimbingan dan konseling maupun para praktisi bimbingan dan konseling di sekolah ataupun di masyarakat dengan target agar tumbuh kesadaran untuk menerima dan akhirnya memanfaatkan informasi tersebut. Adapun publikasi adalah proses menyiarkan atau menerbitkan makalah atau karya ilmiah melalui buku atau media publikasi lainnya.

Faktor utama yang dapat mendukung pengembangan praktik bimbingan dan konseling adalah didasarkan pada kemanfaatkan hasil-hasil penelitian. Setiap riset dalam bidang bimbingan dan konseling yang telah dilakukan perlu didiseminasikan dan dipublikasikan. Dengan demikian, hasil penelitian akan memperkuat atau mengesampingkan asumsi-asumsi yang telah ada sebelumnya dengan informasi yang lebih ilmiah. Selain itu, manfaat terpenting bahwa hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar pengambilan keputusan dalam praktik konseling. Pada akhirnya, budaya melakukan penelitian dalam praktik konseling akan menghapuskan stagnansi perkembangan keilmuan dalam bidang bimbingan dan konseling serta munculnya berbagai inovasi ilmiah yang akan membantu mencapai tujuan keilmuan lebih bermanfaat.

Sebagian dari hasil penelitian ini, yaitu hasil studi pendahuluan telah didesiminasikan pada The International Seminar and Workshop on Guidance and Counseling, dengan tema bertema, "*Guidance and Counseling Based on The Character in Facing ASEAN Economic Community 2015*". Seminar Internasional tersebut diselenggarakan pada 4-5 Juni 2015 di Universitas PGRI Yogyakarta.

Artikel yang terkait dengan hasil studi pendahuluan dari penelitian ini juga telah dipublikasikan dalam Proceeding of The International Seminar and Workshop on Guidance and Counseling dengan ISBN: 978-602-1671-10-8. Artikel tersebut berjudul, "Gambaran Kebutuhan Bimbingan dan Konseling untuk Membangun Generasi Emas 2045 Berbasis Karakter Sabar (*Description of Guidance and Counseling Needs to Build The Golden Generation 2045 Based on Patience Character*)".

Sebagian dari hasil penelitian ini, yaitu kerangka kerja berdasarkan hasil validasi rasional dari para pakar dan hasil evaluasi serta refleksi dari implementator, yaitu konselor sekolah serta hasil uji efektivitasnya telah dipublikasikan melalui sebuah artikel ilmiah dengan tema, "Aplikasi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran dalam Membangun Generasi Emas 2045 dengan Karakter Sabar".dalam Proceeding Seminar Nasional 2016. *Proceeding* tersebut diterbitkan oleh STKIP Hamzanwadi Selong, Lombok NTB bekerja sama dengan Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia (ABKIN) dengan ISBN: 978-6021570-41-8.

Selain itu, hasil penelitian ini dipublikasikan melalui sebuah artikel ilmiah dengan judul, "*Applying Quranic Contemplation in Counseling*" dalam Proceeding 4th International Counseling Seminar 2016 yang diterbitkan oleh Guidance and Counseling Departement, Faculty of Education UNP bekerja sama dengan Indonesian Counselor Association (IKI) dan Regional Board of Indonesian Guidance and Counseling Association-West Sumatera (PD-ABKIN Sumatera Barat). Proceeding tersebut bernomor ISBN: 978-602-73537-4-9.

Artikel dengan judul, ""*Applying Quranic Contemplation in Counseling*" pun telah terpilih untuk dimuat dalam COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education dengan nomor ISSN: 2548-348X**,** e-ISSN: 2548-3498 yang diterbitkan oleh Indonesian Counselor Association (IKI). Artikel tersebut dapat diakses secara online di: http://www.journal.konselor.or.id/index.php/counsedu/article/view/3.

BAB IV
TEMUAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Penelitian

Temuan ini merupakan hasil dari penelitian tahap awal. Tujuannya adalah untuk mendapatkan gambaran empiris tentang status kesabaran. Data didapatkan melalui melalui instrumen pengumpul data status kesabaran remaja. Temuan ini digunakan sebagai pijakan untuk mengembangkan aplikasi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja.

1. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013

Gambaran status kesabaran ini diambil dari hasil pengumpulan data pada medio Agustus 2015 orang masih duduk di kelas XI, tepatnya pada akhir Semester Genap TA 2014-2015. Responden berjumlah 357 orang. Tabel 4.1 berikut ini menyajikan sebagai berikut.

Tabel 4.1
Gambaran Status Kesabaran Remaja
pada Siswa MAN 1 Bandung Angkatan 2013

KELAS	SANGAT TINGGI		TINGGI		SEDANG		RENDAH		SANGAT RENDAH		JML
	LK	PR	LK	PR	LK	PR	LK	PR	LK	PR	
AGAMA A	-	-	-	-	-	-	13	19	-	-	32
AGAMA B	-	-	-	-	-	-	12	18	-	1	31
IPA A	2	16	6	8	-	-	-	-	-	-	32
IPA B	6	10	5	10	-	1	-	-	-	-	32
IPA C	-	7	11	12	-	-	-	-	-	-	30
IPA D	5	4	9	9	-	-	-	-	-	-	27
IPA E	7	4	2	13	-	-	-	-	-	-	26
IPA F	-	11	10	11	-	1	-	-	-	-	33
IPS A	6	6	5	15	-	1	-	-	-	-	33
IPS B	-	4	12	7	-	-	-	-	-	-	23
IPS C	5	6	6	13	-	-	-	-	-	-	30
IPS D	5	5	4	13	1	-	-	-	-	-	28
JUMLAH	36	73	70	111	1	3	25	37	0	1	357
%	10.08	20.45	19.61	31.09	0.28	0.84	7.0	10.36	0.00	0.28	100

Gambaran yang ditampilkan dalam Tabel. 4.1 dapat dipahami bahwa pada saat dilakukan pengukuran untuk diketahui status kesabarannya, maka kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 berada pada status sebagaimana adanya. Merujuk pada Tabel. 4.1, ditemukan fenomena yang cukup mengejutkan bahwa 99,9% responden dari Kelas Agama berstatus kesabaran rendah bahkan sisanya, yaitu 0,1% berstatus sangat rendah. Dengan kata lain, tidak ada siswa-siswi dari kelas Agama yang berada pada status sabar sedang apalagi tinggi atau sangat tinggi. Hal ini berbeda secara diametral dengan kelas IPA dan IPS. Mayoritas siswa dari kelas IPA dan IPS berada pada status tinggi dan sangat tinggi dengan perincian, 50,70% berstatus tinggi dan 30,53% berstatus sangat tinggi.

Jika ditarik pada populasi, jumlah gabungan siswa-siswi Kelas Agama A dan B memang kecil. Jumlahnya hanya memenuhi 17,37% dengan perincian 8,96% dari Kelas A dan 8,68% dari Kelas B yang masuk status status kesabaran rendah. Sisanya, yaitu 0,28% berada pada status status kesabaran sangat rendah. Menarik bagian sebanyak 17,37% dari populasi memang kecil. Tetapi, asal-usul siswa-siswi dari Kelas Agama ini yang menarik untuk diselami. Mengapa siswa dari Kelas Agama status kesabarannya rendah bahkan ada yang sangat rendah.

Fenomena rendahnya kesabaran siswa-siswi dari kelas Agama memunculkan tanda tanya besar. Secara logika, siswa-siswi yang mendapatkan pembelajaran tentang materi *Islamic Studies* lebih banyak, lazimnya lebih memiliki status kesabaran yang sangat tinggi atau paling tidak berada pada status tinggi. Siswa-siswi dari Kelas Agama diduga akan memiliki pengetahuan dan pengamalan agama yang lebih baik, tetapi kenyataan berkata sebaliknya. Padahal, menurut Ibnul Qoyyim (Tt: 31-34) bahwa kesabaran dapat diperoleh melalui pembelajaran lalu menjadi kebiasaan dan akan berwujud kepribadian. Jika merujuk pada pendapat Ibnul Qoyyim, boleh jadi pembelajaran tentang segala aspek keislaman di Kelas Agama tidak disertai dengan pembiasaan diri dan melatih diri sehingga kesabarannya menjadi rendah.

Masih merujuk pada pendapat Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) yang menjelaskan bahwa "*Fash-shabru wa in kaana syaaqqan kariihan 'alan-nufuus*

fatahshiiluhu mumkinun, wa huwa yatarakkabu min mufradaini: al-'ilmu wal-'amal. Meskipun kesabaran itu berat dan tidak disenangi, tetapi memungkinkan untuk direalisasikan melalui dua faktor, yaitu ilmu dan amal. Berkenaan dengan faktor ilmu, mungkin saja siswa-siswi tersebut mengetahui tentang hal-ihwal sabar pengetahuannya tidak melahirkan tekad yang kuat dan tidak mendorong keimanan dan perasaan *khasyyah* kepada Allah SWT sehingga kesabarannya tidak terwujud. Ibnu Mas'ud (As-Suyuthi, 2003, hlm. 21) berkata, "*Laisal-'ilmu bikatsratir-riwaayah, innamal-'ilmu al-khasyyah [ilmu itu bukanlah banyaknya riwayat, melainkan rasa takut (kepada Allah)."*

Pengetahuan tentang sabar memang menjadi gerbang pertama untuk dapat bersabar. Namun, jika merujuk pada penuturan Ibnu Mas'ud, seseorang yang sekadar mengetahui tentang sabar sebagai ilmu saja ternyata tidak menjamin untuk mewujudkan dirinya sebagai penyabar. Jadi, penyabar itu bukanlah diukur dengan banyaknya wawasan seseorang tentang hal-ihwal kesabaran tetapi sejauhmana pengetahuan tentang sabar tersebut mendorong rasa takut kepada Allah sehingga seseorang menjadi tahan terhadap segala ujian dan godaan dalam kehidupan.

Jika pengetahuan tentang hal-ihwal sabar belum dapat mendorong munculnya rasa takut kepada Allah SWT (*khasyyatullah*) sehingga menyebabkan rendahnya status kesabaran, lantas apa sebenarnya yang menjadi penyebabnya? Jawaban atas pertanyaan ini dapat ditelusuri dengan kembali pada hakikat sabar itu sendiri sebagai timbangan. Maksudnya, apakah para siswa-siswi dari Kelas Agama tersebut sudah benar-benar memiliki pengetahuan dan pemahaman yang benar tentang sabar? Hal ini penting untuk dibahas karena pengetahuan dan pemahaman yang salah akan mempengaruhi perilaku sabarnya itu sendiri.

Selain menakar pengetahuan dan pemahaman para siswa-siswi tentang hakikat sabar, penting juga untuk menakar keyakinan yang disertai keimanan terhadap keutamaan dan manfaat sabar yang dijaminkan oleh Allah SWT bagi kehidupannya. Ketidakyakinan terhadap keutamaan dan manfaat sabar juga dapat mempengaruhi tindakan yang menggambarkan status kesabaran. Seseorang yang meyakini keutamaan dan manfaat sabar tentunya akan berusaha untuk

mempertahankan diri agar dapat mengatasi ujian dan godaan. Akal sehat dan keimanannnya akan melawan setiap dorongan hawa nafsu yang mengajaknya untuk terjerumus pada kenistaan dan ketidakmuliaan. Sebaliknya, seseorang yang kurang atau tidak meyakininya, biasanya akan lalai dan mengabaikan suara akal sehat dan bisikan imannya yang mengajak agar bertahan dalam kemuliaan. Seseorang yang kurang yakin, cenderung mudah untuk mengikuti hawa nafsu dan bisikan syetan sehingga terjerumus pada lembah kehancuran.

Kesabaran adalah bentuk dari *spiritual coping*. Faktor keyakinan (*beliefs*) merupakan faktor utama yang determinan dalam kemampuan untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan. Riset Krageloh, Billington, Henning, dan Chai (2015, Tersedia: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4344777/ [15 Juni 2016) membuktikan bahwa *spiritual coping* berkolerasi kuat dengan tiga aspek, yaitu keterhubungan (*connected*), kekuatan (*strength*) keimanan (*faith*). Gabungan dari tiga aspek akan menghasilkan kebaikan salah satu faktor dalam solusi dua-faktor untuk model *spiritual coping* WHOQOL-SRPB menghasilkan indeks kebaikan yang unggul dibandingkan dengan solusi satu faktor asli saja.

Tema-tema yang berkaitan dengan spiritual selalu akan terkait didefinisikan sebagai sistem keyakinan (*belief system*) subjektif yang di dalamnya terdapat gabungan antara kesadaran diri, referensi pada dimensi transendensi, pengembangan makna dan tujuan hidup, serta perasaan berkoneksi dengan Tuhan dalam kehidupan yang lebih luas. Bensley (Amzad & Bokharey, 2014, hlm. 22) menjelaskan bahwa "*Sprituality can be defined as "a subjective belief system that incorporates self-awareness and reference to a transcendence dimension, provides meaning and purpose in life, and feelings of connectedness with God or the larger reality.*"

Walaupun dikatakan subjektif, namun mengetahui rendahnya status kesabaran dengan menakar keyakinan, kesadaran, makna dan tujuan hidup, serta perasaan tentang keberadaan Allah SWT dengan segala kekuasaan dan kehendak-Nya terhadap manusia dan makhluk lainnya, menarik untuk diketahui. Fakta rendahnya kesabaran siswa-siswi dari Kelas Agama memicu rasa ingin tahu tentang aspek keyakinan mereka dalam koneksi dengan Allah SWT dalam

perilaku bersabar. Namun, sebelum mengetahui keyakinannya tersebut, penting juga mengklarifikasi keseriusan, kesungguhan, dan kejujuran para siswa dari semua kelas, baik IPA, IPS, dan Agama pada mengisi instrumen untuk mengukur kesabaran mereka.

Demi memperoleh kebenaran dan kedalaman terhadap data tersebut, dilakukan validasi terhadap guru BK/konselor, wali kelas Agama B, siswa yang memperoleh skor tertinggi dan siswa yang memperoleh skor terendah. Konselor sekolah memberikan konfirmasi bahwa anak-anak MAN 1 Bandung umumnya serius dan apa adanya dalam mengisi angket atau isian apapun, baik dari internal sekolah maupun dari peneliti yang berasal dari luar (INT.1.10.15). Wali Kelas Agama B memberikan konfirmasi tentang anak asuhnya, yaitu Kelas Agama B bahwa selama ini anak-anak Kelas Agama B dinilai jujur dan apa adanya, termasuk dalam ujian-ujian sekolah (INT.2.10.15). Informasi yang diperoleh dari Konselor Sekolah dan Wali Kelas Agama B ternyata dikuatkan dengan hasil *cross check* kepada siswa yang memperoleh nilai tertinggi (INT.3.10.15) dan siswa yang memperoleh nilai terendah (INT.4.10.15), bahwa mereka memang sungguh-sungguh dan apa adanya ketika mengisi instrumen.

Berdasarkan hasil konfirmasi tentang kesungguhan dan kejujuran responden dalam memberikan respon saat mengisi instrumen pengumpul data kesabaran, dapat disimpulkan bahwa responden mengisinya secara jujur dan bertanggung jawab apa adanya. Lantas, apa sebenarnya yang menyebabkan kesabaran Kelas Agama berada pada status rendah? Jawaban atas pertanyaan tersebut ditemukan dalam dokumen berupa jurnal pekanan yang diisi oleh siswa-siswi Kelas Agama B. Dokumen tersebut didapatkan karena Kelas B akhirnya dipilih secara *purposive* menjadi kelas yang mendapatkan *treatment* untuk dikembangkan status kesabarannya. Dipilihnya Kelas Agama B tidak lepas dari pertimbangan bahwa kelas ini mendapatkan skor rata-rata status kesabaran yang paling rendah. Adapun Kelas Agama A, dijadikan sebagai kelas kontrol.

Pada saat *treatment* untuk pengembangan status kesabaran di sesi pertama, disampaikan kepada para partisipan, yaitu siswa-siswi dari Kelas Agama B tentang pengertian sabar dan alasan mengapa harus bersabar. Inti dari pengertian

sabar adalah menahan jiwa untuk selalu taat kepada Allah dan memelihara keikhlasan, menahan jiwa dari melakukan dosa (maksiat), teguh pendirian ketika menghadapi godaan syahwat dan dorongan hawa nafsu, serta rida terhadap keputusan dan takdir Allah tanpa keluh kesah. Adapun mengenai alasan mengapa harus bersabar, disampaikan dua alasan, yaitu karena Allah SWT memerintahkan manusia untuk bersabar dan bahwa manusia diciptakan dalam keadaan lemah.

Demi mengungkap pengetahuan dan pemahaman partisipan tentang hakikat sabar, diberikan pertanyaan tentang apa yang diketahui dan dipahami tentang sabar sebelum mengikuti sesi pertama dan apa yang akan dirasakan setelah mengikuti sesi pertama. Berdasarkan analisis terhadap tema-tema yang muncul dari jawaban partisipan terhadap dua pertanyaan di atas dalam Jurnal Testimoni (DOC.1.10.15), diperoleh beberapa tema yang muncul untuk pertanyaan pertama, sebagaimana digambarkan pada Tabel. 4.2 berikut ini.

Tabel 4.2
Gambaran Pengetahuan dan Pemahaman Siswa-Siswi Kelas Agama B
MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 tentang Hakikat Sabar
pada Sebelum dan Sesudah Sesi Pertama
Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran

Sebelum	Sesudah
1. Tidak tahu dan tidak mengerti sabar yang sesungguhnya.	1. Mendapatkan pencerahan sehingga mengerti tentang hakikat sabar.
2. Mengira sabar adalah hal biasa, yaitu tahan untuk menunggu.	2. Mendapatkan pemahaman bahwa sabar bukan sekadar tahan menunggu.
3. Mengira bahwa sabar itu tidak berpahala.	3. Menyadari bahwa sabar adalah berpahala.
4. Mengira sabar itu ada batasnya.	4. Memahami bahwa sabar ternyata tidak ada batasnya.
5. Kurang berlatih untuk sabar.	5. Termotivasi untuk terus belajar sabar.
6. Mengira sabar hanya keteguhan jiwa yang tidak ada kaitannya dengan keimanan kepada Allah.	6. Memahami bahwa sabar adalah setengahnya dari keimanan.
7. Bisa sabar jika ada yang mengingatkan untuk sabar.	7. Bisa sabar dengan selalu mengingat Allah.

Merujuk pada Tabel. 4.2 dapat dijelaskan bahwa tema-tema yang didapatkan sebelum dan sesudah mendapatkan pengertian dan pentingnya bersabar pada Sesi Pertama adalah tema-tema yang menunjukkan bahwa partisipan tidak atau belum mengetahui hakikat sabar terikat dengan keimanan kepada Allah SWT. Partisipan juga tidak atau belum meyakini tentang manfaat dan keutaman dari bersabar. Disebabkan pengetahuan, pemahaman, dan keyakinannya tentang kesabaran yang hakiki belum didapatkan, maka upaya untuk bersabar dengan lebih bertawakal kepada Allah SWT dan lebih mendekatkan diri kepada-Nya belum dapat diwujudkan dalam perilaku keseharian para partisipan.

Sampai pada temuan ini, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, pamahaman, dan keyakinan tentang hakikat sabar serta menjadi penyebab rendahnya status sabar siswa-siswi Kelas Agama, terutama Kelas Agama B. Materi-materi pelajaran yang berkaitan dengan Mata Pelajaran Aqidah dan Akhlak rupanya belum menyentuh hakikat kesabaran. Jika menelaah Kurikulum 2013 (Kemenag, 2014, hlm. 40) maka akan ditemukan indikator kompetensi tentang sabar. Tetapi, pembahasannya sangat singkat dan hanya menjadi bagian dari Bab tentang "*Alangkah Bahagianya Jika Kita Bersyukur, Qonaah, Ridho, dan Sabar*." Materi yang sangat singkat tersebut, secara teknis tidak mungkin memberikan pengetahuan yang cukup tentang sabar. Dengan kata lain, sangat dapat dipahami jika partisipan tidak memiliki pengetahuan, pemahaman, keyakinan, dan upaya yang cukup untuk bersabar. Secara logis dapat dipahami pula jika kesabarannya berstatus rendah.

Selain itu, ditemukan pula perbedaan pengertian tentang sabar. Dalam Kurikulum 2013 tentang Akidah Akhlak untuk Madrsah Aliyah X (Abdurrohim, 2014, hlm. 40) didefinisikan bahwa sabar adalah menerima segala sesuatu yang terjadi dengan senang hati. Pengertian ini berbeda dengan definisi yang dikembangkan oleh para jumhur ulama, bahwa sabar adalah menahan jiwa untuk selalu taat kepada Allah dan memelihara keikhlasan, menahan jiwa dari melakukan dosa (maksiat), teguh pendirian ketika menghadapi godaan syahwat dan dorongan hawa nafsu, serta rida terhadap keputusan dan takdir Allah tanpa

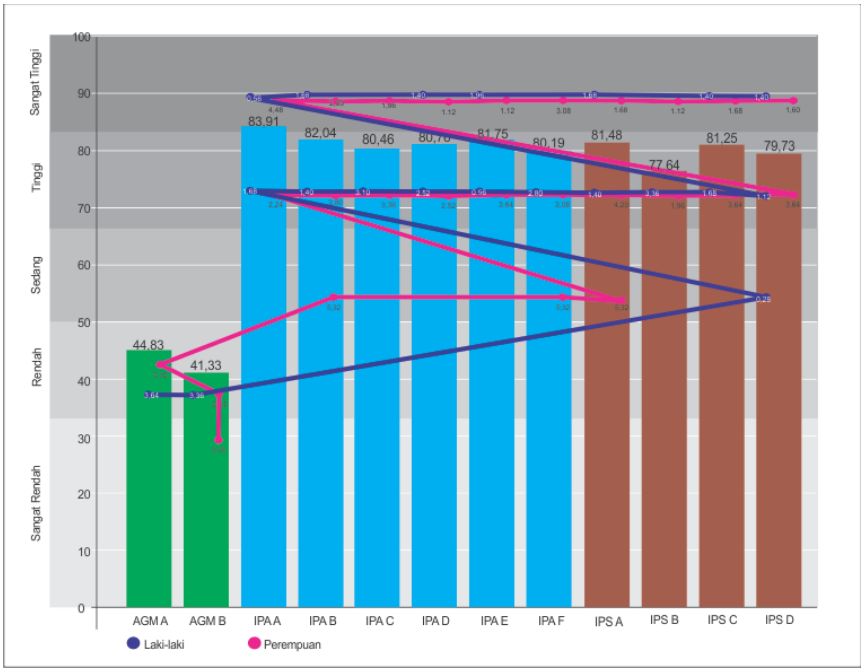
keluh kesah. Perbedaan pengertian ini pun akan memberikan pengaruh pada penghayatan siswa tentang hakikat sabar.

Pentingnya pengetahuan yang dilanjutkan dengan upaya memahami dan menghayati dalam kenyataan hidup yang teralami, tentu akan memberikan pengaruh besar dalam jiwa. Demikian juga yang terkait dengan kesabaran. Pengetahuan, pemahaman, penghayatan dalam realita kehidupan akan menjadikan bermakna dan bermanfaat. Pepatah Sunda mengatakan, "*Elmu teh bakal ngancik dinu nyaring bakal cicing dinu eling*." Maksudnya, suatu pengetahuan yang disertai dengan kesadaran dan penghayatan dalam kenyataan, maka pengetahuan tersebut akan menjadi ilmu yang bermanfaat dalam kehidupannya.

Aspek perkembangan kognitif remaja ternyata memberikan pengaruh pada status kesabarannya. Jika demikian, pernyataan Santrok (2007, hlm. 329) bahwa teori Jean Piaget memberikan latar belakang teoritis untuk memahami perkembangan religius anak-anak dan remaja. Para remaja yang sedang duduk di Kelas XI dan XII berada pada usia akhir masa remaja. Oleh sebab itu, perkembangan religius mereka berada pada tahap ketiga yang bersifat operasional formal (*formal operational religious thought*). Pada tahap ini remaja akan mengungkapkan pemahaman religius yang lebih abstrak dan hipotetis. Bagi Piaget, tahap operasional formal ini adalah tahap paling puncak. Berdasarkan teori ini, status kesabaran sebagai perwujudan pengetahuan dan keyakinan religius remaja dianggap sebagai sesuatu yang masih abstrak dan hipotetis sehingga dapat dipahami jika dalam status kesabarannya menyisakan keraguan dan ketidakyakinan. Hal inilah yang memungkinkan adanya adanya siswa sekolah agama berstatus kesabaran rendah bahkan sangat rendah.

Berbeda dari tinjauan Piaget, jika merujuk pada teori Fowler (Santrok, 2007, hlm. 330), remaja yang duduk di Kelas X dan XII sudah tidak dianggap hanya berpikir abstrak dan hipotetik tetapi sudah memasuki tahap 4, yaitu iman individuatif-reflektif karena usia ini berada pada transisi antara masa remaja dan masa dewasa. Pada masa ini, remaja sudah mampu sepenuhnya untuk bertanggung jawab terhadap keyakinan religiusnya. Berdasarkan teori ini, dapat dipahami jika ada remaja yang berstatus sabar sabar tinggi bahkan sangat tinggi.

Selanjutnya ditampilkan Grafik. 4.1 untuk melihat gambaran status kesabaran berdasarkan kelas dan jenis kelamin. Melalui Grafik. 4.1, nampak jelas *positioning* status kesabaran siswa-siswi Kelas Agama dibandingkan dengan Kelas IPA dan IPS.



Grafik 4.1

Perbandingan Status Kesabaran
Berdasarkan Kelas dan Jenis Kelamin

Kesimpulan bahwa siswa dari Kelas Agama dianggap belum mendapatkan pengetahuan, pemahaman, dan penghayatan yang cukup tentang kesabaran, bagaimana dengan kelas IPA dan IPS yang nyaris siswa-siswinya tidak ada yang berstatus sabar rendah. Berdasarkan Grafik. 4.1, sebanyak 81,50% atau mayoritas siswa-siswi dari Kelas IPA berstatus sabar tinggi. Sisanya berstatus sabar sedang dan sangat tinggi. Dengan kata lain, siswa-siswi dari Kelas IPA dan IPS lebih baik dalam hal bersabar dibandingkan dengan Kelas Agama. Demikian pula dengan siswa-siswi dari Kelas IPS, sebanyak 80,02% berstatus sabar tinggi sedangkan sisanya berstatus sedang dan sabar sangat tinggi. Perbandingan antara siswa laki-laki dan perempuan pun hampir merata, baik pada status sedang, tinggi, maupun

sangat tinggi. Fakta yang pasti dari Grafik. 4.1 adalah bahwa tidak seorang pun siswa maupun siswi dari Kelas IPA dan IPS yang berada pada status sabar rendah apalagi sangat rendah.

Kenyataan bahwa siswa-siswi dari Kelas IPA dan IPS berada pada status tinggi dibandingkan dengan Kelas Agama, memunculkan pertanyaan berikutnya tentang pengetahuan, pemahaman, dan penghayatan tentang sabar sebagai faktor yang mempengaruhi status kesabaran. Jika ditinjau dari materi pelajaran, bukankah secara pengetahuan agama, Kelas IPA dan IPS tidak mendapatkan porsi materi yang banyak dan mendalam dibandingkan dengan Kelas Agama. Namun, mengapa status kesabarannya tinggi?

Dugaan bahwa siswa-siswi dari Kelas IPA dan IPS tidak lebih baik dalam pengetahuan dan pengamalan agama dari Kelas Agama tidak mutlak benar. Sebab, dalam sistem sekolah seperti MAN 1 Bandung, kurikulum pelajaran dan umum bersifat integratif. Dengan kata lain, Kelas IPA dan IPS pun mendapatkan materi-materi keagamaan seperti halnya Kelas Agama. Pembedanya hanya pada keluasan dan kedalaman materi saja.

Siswa yang berasal dari MTs tentu sudah memiliki dasar pengetahuan agama yang lebih luas dan dalam dibandingkan siswa yang berasal dari SMP. Pada saat penjurusan, berdasarkan nilai, bakat, dan minatnya, anak-anak ditempatkan pada jurusan-jurusan yang sesuai dengan kriteria. Sebagian siswa yang berasal dari SMP tidak sedikit pula yang ditempatkan di Kelas Agama. Sebaliknya, tidak sedikit pula siswa-siswa yang berasal dari MTs ditempatkan di Kelas IPA dan IPS (INT.1.10.15). Informasi tersebut dikuatkan kebenarannya oleh staf TU BK (INT.5.10.15). Tetapi, informasi tersebut tidak dapat dikonfirmasi dengen EMIS (*Education Management Information System*) MAN 1 Kota Bandung karena pada saat itu, dokumen tersebut sedang diperbaharui sehingga perinciaan asal-usul siswa tidak dapat diakses.

Selain itu, ditemukan juga faktor yang turut memberikan pengaruh selain faktor asalah usul sekolah. Faktor tersebut adalah pengalaman mondok sebelum dan selama belajar di MAN 1 Bandung. Berdasarkan wawancara kepada siswa yang memperoleh nilai tertinggi diperoleh informasi bahwa dirinya dan teman-

teman dari program IPA banyak yang pernah mondok di pesantren saat di MTs dan mayoritas siswa Kelas IPA juga mondok di Asrama MAN 1 Bandung yang terletak di gedung belakang MAN 1 Bandung. Mereka mendapatkan pembinaan dengan berbagai program layaknya di pondok pesantren. Demikian juga dengan siswa-siswi dari Kelas IPS. (INT.3.10.15).

Fakta sebaliknya, siswa dari Kelas Agama, mayoritas tinggal di luar Asrama. Mereka tinggal di rumah masing-masing. Bahkan, beberapa siswa berasal dari daerah yang relatif jauh dari MAN 1 Bandung, seperti Soreang, Cililin, Rancaekek, dan Cipatat. Mereka memilih tinggal di rumah saudara mereka atau mengontrak rumah di sekitar MAN 1 Bandung. Ada juga yang menggunakan kendaraan roda dua untuk pulang-pergi dari rumah ke sekolah. (INT.4.10.15).

Rendahnya status kesabaran siswa-siswi yang berasal dari Kelas Agama dan tidak adanya seorang pun yang berstatus sedang atau tinggi adalah sesuatu yang memungkinkan terjadi. Secara original, kesabaran bersumber dari konsep ajaran Islam. Spiritualitas dan religiusitas Islam tidak menganut sekularisme, yaitu memisahkan urusan agama dan urusan dunia. Semua urusan terintegrasi dan disentuh oleh norma-norma ajaran Islam. Dengan kata lain, seorang muslim yang berkutat dalam kajian ilmu agama dan seorang muslim yang berkutat dalam kajian ilmu sains memiliki pelung yang sama untuk berstatus sabar tinggi atau sabar rendah atau bahkan sangat rendah.

Kemungkinan berstatus sabar tinggi dan rendah disebabkan karena sebagai manusia disifati *nisyan* (alpa atau lupa). Manusia tidak terbebas dari salah dan lupa serta dapat tergelincir ke dalam lembah kezaliman. Tetapi, manusia dimaafkan jika kembali ingat dan menapaki jalan yang benar. Allah SWT dalam QS. Al-Baqarah [2]: 285 telah mengajarkan kepada hamba-Nya untuk memohon ampunan ketika ditimpa kealpaan dan kekeliruan/kesalahan. Merujuk pada ayat tersebut, manusia diciptakan dengan membawa sifat lupa dan berpeluang salah. Inilah keseimbangan agar manusia tidak merasa dirinya suci sehingga jadi lupa diri dan sombong.

Rasulullah SAW bersabda, "*Innal-Lāha tujāwizu 'an ummatī al-khatha' wan-nisyān wa mā istakrahū 'alaihi* [Sesungguhnya Allah telah mengampuni

ummatku perbuatan karena ketidaksengajaan, lupa, dan karena dipaksa]. (HR. Ibnu Majah dan Al-Baihaqi). Sabda Rasulullah SAW tersebut menguatkan bahwa manusia diciptakan dalam peluang untuk melakukan kesalahan, lupa, dan berbuat salah yang disadari tapi dalam keterpaksaan.

Lupa dapat mendatangkan kejahilan. Kejahilan dapat menyebabkan perbuatan zalim (kekeliruan atau kesalahan). Ketidaksabaran karena lupa atau terpaksan dapat menyebabkan perbuatan salah. Obatnya adalah diingatkan atau diajari kembali. Badri (1993, hlm. 47) menjelaskan, *"...the sense of inadequacy and irrelevance arises simply due of forgetfulness (nisyan) causing ignorance (jahl) which can be remedied by learning and remembrance. Ignorance causing confusion (zulm)…*" Proses bimbingan dan pembelajaran adalah wahana untuk mengingatkan kembali jika manusia belok dari jalan yang lurus.

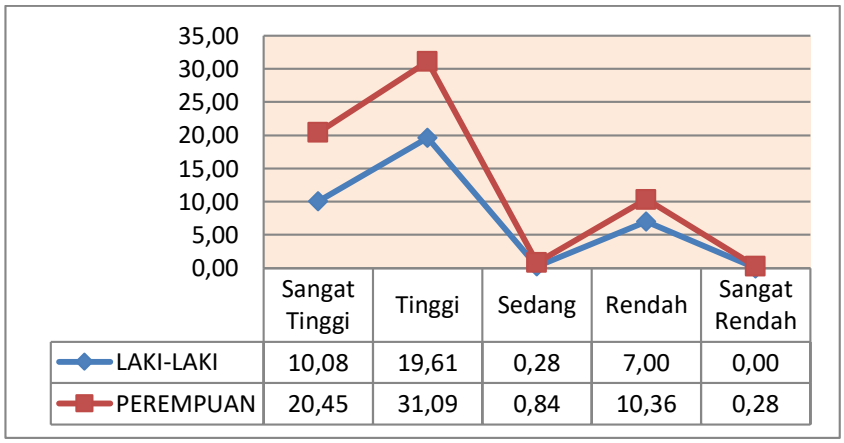
Hal yang lain yang perlu dijelaskan bahwa kesabaran adalah setengahnya keimanan. Ibnul Qoyyim Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 167) menjelaskan bahwa kesabaran mengikuti fluktuasi keimanan. Naik dan turunnya kesabaran didasari atas banyak pertimbangan, salah satunya adalah bahwa dalam diri manusia ada dua penyeru; penyeru yang mengajaknya pada dunia, syahwat, serta kenikmatan hidup dan penyeru yang mengajak kepada Allah, kepada kehidupan akhirat, yaitu kehidupan abadi yang penuh kebahagiaan. Disebabkan oleh lupa, manusia dapat tergelincir mengikuti penyeru pada jalan kesalahan atau kesesatan. Ibnul Qoyyim menjelaskan bahwa upaya melalui upaya pendidikan, maka tidak mustahil manusia dapat kembali lagi ke jalan yang benar.

Pepatah Sunda mengatakan bahwa "*manusa mah sok kena ku owah gingsir*." Pepatah ini adalah *paripaos* atau peribahasa untuk menggambarkan bahwa manusia tidak selamanya menetap dalam suatu kondisi. Pikiran, perasaan, dan hasrat manusia selalu berubah-ubah dan berganti-ganti suasana. Inilah dinamika yang terjadi dalam sepanjang kehidupan manusia. Oleh sebab itu, mendidik dan membimbing untuk mengembangkan karakter sabar adalah proses yang panjang. Kartadinata (2010: 24).) menyebutnya sebagai proses berkelanjutan dan tak pernah berakhir (*never ending process*). Pendidikan karakter adalah bagian terpadu dari pendidikan alih generasi. Lickona (2013, hlm. 2) mengatakan

bahwa mendidik adalah untuk menilai dan membentuk karakter. Pada bagian lain, Lickona (2013, hlm. 2) menyebutkan pendidikan karakter sebagi pendidikan Moral. Selanjutnya, Lickona (2013, hlm. 3) menegaskan bahwa pendidikan moral ternyata sudah seumur pendidikan itu sendiri karena pada dasarnya tujuan dari pendidikan itu adalah membimbing para generasi muda untuk menjadi cerdas dan memiliki perilaku berbudi.

2. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Jenis Kelamin

Setelah menganalisis temuan hasil penelitian tentang gambaran umum status kesabaran, berikutnya digambarkan dan dianalisis mengenai perbandingan status sabar berdasarkan jenis kelamin secara keseluruhan dan bukan berdasarkan kelas. Pembahasan hasil temuan ini menarik untuk dibahas karena diduga karakterisitik laki-laki dan perempuan berpengaruh terhadap status kesabarannya. Secara fisik, laki-laki dan perempuan jelas berbeda. Secara psikis, laki-laki dan perempuan juga memiliki perbedaan yang menjadi kekhasan masing-masing. Atas dasar perbedaan tersebut, diduga status kesabarannya juga ada perbedaan yang mendasar. Grafik.4.2 menyajikan perbandingan status kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 berdasarkan jenis kelaminnya.



	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah
LAKI-LAKI	10,08	19,61	0,28	7,00	0,00
PEREMPUAN	20,45	31,09	0,84	10,36	0,28

Grafik 4.2
Perbandingan Status Kesabaran Remaja pada Siswa
MAN 1 Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Jenis Kelamin

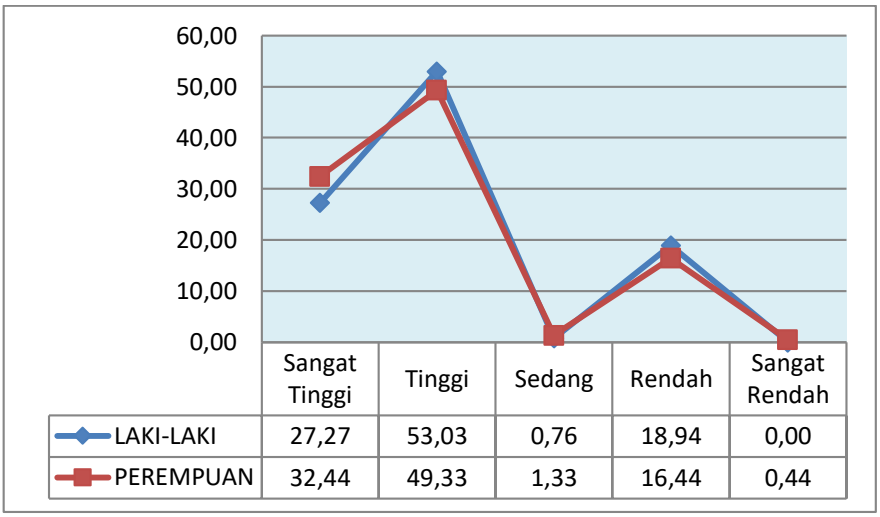
Berdasarkan Grafik.4.2 diperoleh informasi bahwa untuk semua status sabar, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Hal ini dapat dipahami karena dalam totalitas jumlah responden, jumlah perempuan lebih banyak dari laki-laki dengan selisih 25%. Dengan kata lain, peluang perempuan untuk berada dalam semua status sabar tentu akan lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki, baik tinggi atau sebaliknya rendah.

Pada status sabar sangat tinggi, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 10,37%. Pada status sabar tinggi, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 11,48%. Pada status sabar sedang, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 0.56%. Pada status sabar rendah, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 3,36%. Demikian pula untuk status sangat rendah, jumlah perempuan lebih banyak daripada laki-laki dengan selisih 0,82%.

Komposisi yang berbeda terjadi ketika perbandingan laki-laki dan perempuan dilakukan setelah terlebih dahulu menghitung persentase pada masing-masing jenis kelamin. Grafik. 4.3 berikut ini menampilkan gambaran perbandingan status kesabaran antara laki-laki dan perempuan berdasarkan persentase dalam kelompok jenis kelaminnya. Secara deskriptif dapat digambarkan bahwa status kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 dalam kelompok jenis kelaminnya tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok. Remaja laki-laki dan perempuan yang berstatus kesabaran sangat tinggi perbedaannya secara kuantitas hanya berselisih 5.17% dengan komposisi remaja perempuan lebih banyak daripada laki-laki.

Keadaan yang berbeda terjadi pada status kesabaran tinggi. Remaja laki-laki lebih banyak yang berstatus tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan dengan selisih 3,70%. Remaja perempuan lebih banyak jumlahnya daripada remaja laki-laki pada status sabar sedang. Selisih pada status sabar sedang ini adalah 0.57%. Hal yang sangat penting menjadi pertimbangan bahwa antara remaja laki-laki dan remaja perempuan memiliki perimbangan status kesabaran dapat dilihat dari lebih banyaknya laki-laki yang berstatus sabar rendah tetapi

sebaliknya, remaja perempuan yang berstatus sabar sangat rendah lebih banyak daripada remaja perempuan.



Grafik 4.3
Perbandingan Status Kesabaran
Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013
Berdasarkan Jenis Kelamin dalam Kelompoknya

Remaja perempuan berkontribusi pada dua kutub kesabaran yang saling berlawanan, yaitu kutub positif kesabaran sangat tinggi dan kutub negatif kesabaran sangat rendah. Pada satu sisi banyak remaja perempuan yang berstatus sangat tinggi tetapi ada remaja perempuan yang berstatus sabar sangat rendah. Dengan kata lain, pada remaja perempuan masih ada kesenjangan status kesabaran pada status yang paling berlawanan.

Hal yang sama terjadi pada remaja laki-laki tetapi pada kutub berlawanan yang tidak ekstrim. Walaupun banyak remaja laki-laki yang berstatus sabar tinggi tetapi yang berstatus sabar rendah pun, jumlah laki-laki lebih banyak daripada perempuan. Keadaan sebaliknya terjadi pada remaja perempuan, walaupun jumlah remaja perempuan yang berstatus tinggi lebih sedikit daripada remaja laki-laki, tetapi remaja perempuan yang berstatus rendah juga lebih sedikit.

Perimbangan komposisi status kesabaran antara remaja laki-laki dan remaja perempuan dikuatkan oleh selisih yang sangat tipis pada titik netral, yaitu

status sabar sedang. Pada titik netral ini selisih antara jumlah laki-laki dan perempuan hanya 0,57%. Berdasarkan posisi netral ini dapat dipahami bahwa perbedaan status kesabaran tidak disandarkan pada perbedaan gender. Kesabaran adalah setengahnya dari keimanan. Sedangkan keimanan itu sendiri bersifat fluktuatif. Statusnya selalu berubah-ubah seiring fluktuasi keimanan. Keimanan akan naik ketika seseorang berada dalam status ketaatan yang baik. Sebaliknya, keimanan akan turun ketika seseorang berada dalam ketaatan yang buruk atau melakukan pelanggaran (maksiat) terhadap Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa.

Jika sama-sama mengambil pertimbangan-pertimbangan tersebut, maka baik laki-laki maupun perempuan memiliki kesempatan yang sama untuk memiliki status kesabaran yang sangat tinggi. Tentu juga sebaliknya, baik laki-laki maupun perempuan memiliki peluang yang sama untuk berada pada status kesabaran yang paling rendah. Walaupun demikian, status tersebut tetap dibatasi oleh fitrahnya masing-masing.

Kedudukan laki-laki dan perempuan dalam hal kesabaran adalah sama. Keduanya memiliki peluang untuk mengembangkan kesabaran pada level paling tinggi atau sebaliknya. Mengacu pada *worldview* Islam, laki-laki yang sabar adalah pasangan bagi perempuan yang sabar. Masing-masing memiliki fungsi yang berbeda untuk saling melengkapi dan saling menyempurnakan. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Ahzab [33]: 35, *"...wash-shābirīna wash-shābirāt...a'addallāhu lahum maghfiratan wa ajran 'azhimmā* […dan laki-laki yang sabar dan perempuan yang sabar…Allah menjanjikan bagi mereka ampunan dan balasan pahala yang besar]. Ayat tersebut selengkapnya juga menyebut pasangan laki-laki dan perempuan berdasarkan sifatnya, yaitu: laki-laki muslim dengan perempuan muslimat; laki-laki beriman dengan perempuan beriman; laki-laki yang taat beribadah dengan perempuan yang taat beribadah; laki-laki yang jujur dengan perempuan yang jujur; laki-laki yang khusyu' dengan perempuan yang khusyu'; laki-laki ahli sedekah dengan perempuan ahli sedekah; laki-laki ahli puasa dengan perempuan ahli puasa; laki-laki yang menjaga kemaluannya dengan perempuan yang menjaga kemaluannya; dan laki-laki ahli dzikir dengan perempuan ahli dzikir.

Laki-laki yang sabar dibutuhkan untuk menjadi pemimpin yang bertanggung jawab kepada keluarga, masyarakat, dan negerinya. Perempuan yang sabar dibutuhkan untuk menjadi ibu yang mendidik anak-anaknya tumbuh berkembang dalam keluarga yang harmonis. Keluarga yang harmonis adalah penopang masyarakat yang kuat. Masyarakat yang kokoh adalah pilar negara yang berjaya, makmur, aman, tenteram, dan sejahtera.

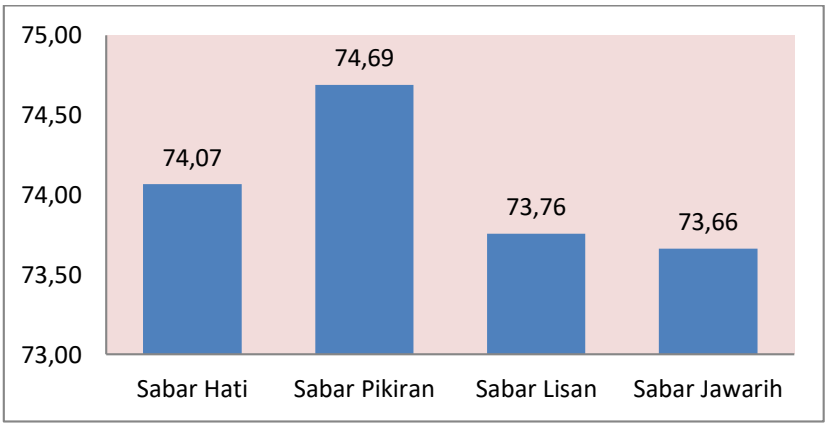
Kartadinata dalam pengantar terjemah buku *Educating for Character* (Mendidik untuk Membentuk Karakter) menjelaskan bahwa Periode yang paling sensitif dan menentukan adalah pendidikan dalam keluarga yang menjadi tanggung jawab orang tua. Pola asuh atau *parenting style* adalah salah satu faktor yang secara signifikan turut membentuk karakter anak (Lickona, 2013, hlm viii). Remaja putra masa kini adalah bapak di masa depan. Remaja putri masa kini adalah ibu masa depan. Bagaimana bapak dan ibu yang lemah kesabarannya akan membentuk keluarga yang kokoh? Bagaimana pula sebuah bangsa akan kokoh ketika keluarga-keluarganya lemah. Padahal menurut Megawangi (2004, hlm. 63) institusi keluarga adalah unit paling penting sekali dalam masyakarat (*family is the fundamental unit of society*). Inilah urgensi membimbing remaja putra dan putri masa kini untuk mengembangkan karakter sabar.

Dalam pepatah Sunda diungkapkan "*indung tunggul rahatu bapa tangkal darajat*". Maksudnya, keselamatan dan kebahagiaan anak tergantung pada ibu dan ayahnya. Dalam konteks pendidikan, kebahagiaan yang didapatkan oleh anak akan tergantung pada kualitas kedua orang tuanya dalam membimbing. Kebahagiaan bagai anak tidak akan dirasakan oleh anak jika kedua orang tuanya tidak berkualitas. Demikian pula dengan kesabaran. Karakter sabar sangat mungkin untuk ditranformasikan secara optimal kepada generasi berikutnya. Jika status kesabaran kaum muda hari ini yang kelak akan menjadi orang tua memiliki status kesabaran yang rendah, maka peluang untuk terwujudanya generasi keturunannya juga akan berstatus kesabaran rendah. Sebaliknya, jika generasi muda hari ini menunjukkan peningkatan status kesabaran, maka status tersebut dapat ditransformasikan sehingga generasi pelanjutnya akan menjadi generasi berstatus sabar yang minimal sama atau bahkan lebih baik.

Laki-laki identik dengan kegagahan. Dalam peribahasa Sunda dikatakan "*lalaki langit lalanang jagat*". Peribahasa tersebut dimaksudkan untuk menggambarkan tanggung jawab besar pada diri laki-laki. Karakter yang melekat dalam kegagahan laki-laki adalah kesabarannya. Kegagahan laki-laki akan hilang jika ia tidak mampu mengontrol diri dan mengendalikan emosi. Sedangkan perempuan digambarkan mengikuti suaminya (laki-laki). Diungkapkan "*awewe dulang tunande*". Oleh sebab itu, laki-laki penyabar akan dipasangkan dengan perempuan yang penyabar pula.

3. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Dimensinya

Selanjutnya akan dideskripsikan perbandingan status kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung berdasarkan dimensi sabar hati, sabar lisan, sabar pikiran, dan sabar jawarih (perbuatan). Grafik. 4.5 menggambarkan status kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 berdasarkan dimensinya sebagai berikut.



Grafik 4.4
Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Dimensinya

a. Dimensi Sabar Hati

Berdasarkan Grafik. 4.4 diperoleh informasi rata-rata ketercapaian Dimensi Sabar Hati adalah 74.07. Skor rata-rata ini menunjukkan bahwa kemampuan sabar hati masuk pada kategori Tinggi. Dimensi Sabar Hati adalah kemampuan untuk memurnikan niat karena Allah, bertawakkal, merasakan pengawasan Allah, berlapang dada dan rendah hati. Dengan kata lain, rata-rata siswa MAN 1 Kota Bandung mampu untuk memurnikan niat karena Allah, bertawakkal, merasakan pengawasan Allah, berlapang dada, dan rendah hati.

Dimensi sabar hati yang tinggi dibutuhkan oleh individu karena hati adalah pusat kendali perilaku, baik pikiran, perasaan, dan tindakan. Motivasi-motivasi atau dorongan-dorongan berperilaku berada di bawah kendali hati. Ekspresi yang nampak terlihat kepermukaan hakikatnya menggambarkan apa yang ada dalam hatinya. Hati adalah raja yang mengendalikan seluruh aktivitas dan perilaku manusia. Sebagaimana maknanya, hati berasal dari kata *qolbun* yang berarti berbalik. Hati memang mudah berbolak-balik, antara baik dan buruk, antara gembira dan sedih, antara marah dan ramah, dan lain sebagainya.

Hati atau kalbu dalam arti fisik adalah jantung, berupa segumpal daging berbentuk lonjong, terletak dalam rongga dada sebelah kiri. Adapun dalam arti metafisik hati adalah karunia Tuhan yang halus, bersifat ruhaniyah dan ketuhanan rabbaniyah yang ada hubungannya dengan jantung. Hati atau kalbu adalah hakikat kemanusiaan yang mengenal dan mengetahui segalanya, serta menjadi sasaran perintah, cela, hukuman, dan tuntutan Tuhan (Bastaman, 1995, hlm. 93).

Hati berkaitan dengan perasaan. Jika dikaitkan dengan taksonomi perilaku, hati terkait dengan domain afektif. Krathwohl, Bloom, & Masia (1964, hlm. 24) menjelaskan bahwa, "…*the affective structure to begin with simple, concrete, less pervasive behaviors having a little of some characteristic as yet unspecified*." Domain afektif dimulai dari yang sederhana sampai yang tidak dapat disepesifikasikan. Kesabaran hati dibutuhkan karena dalam kehidupan, individu seringkali dihadapkan pada pilihan di antara alternatif yang ada. Makmun (2009, hlm 42) menjelaskan bahwa kemauan (*willingness)* dan kata hati (*the conscience*

of man) adalah dua faktor yang turut menentuan. Jika terjadi perang batin yang tidak teratasi, maka akan mengalami frustrasi.

Urgensi bimbingan untuk mengembangkan sabar hati adalah mengembangkan kemampuan untuk mengendalikan gejolak hati agar mampu memurnikan niat karena Allah, bertawakkal, merasakan pengawasan Allah, berlapang dada dan rendah hati. Individu yang memiliki kemampuan mengendalikan gejolak hati, maka ia akan mampu menampilkan ketenangan dalam diri dan memberikan ketenangan saat berinteraksi dengan lingkungannya.

Kondisi lain yang akan dihasilkan dari tinggi dimensi sabar hati adalah munculnya kepercayaan diri yang terukur. Ia sadar bahwa manusia sebenarnya diciptakan dalam keadaan lemah. Maka ia tidak *over confidence* atau terlalu percaya pada kemampuan diri sendiri seringkali berakibat kegagalan. Remaja yakin bahwa setiap yang dicita-citakannya pasti akan diraih dengan segenap kemampuan yang dimilikinya dengan izin Allah Yang Maha Kuasa mewujudkan segala sesuatu. Seandainya kegagalan yang akan dihadapinya sekalipun, ia akan menghadapi dengan penuh kesiapan. Remaja yang tinggi status ketawakalannya, jika gagal dalam mencapai cita-cita, ia tidak dikhawatirkan akan terjerumus dalam lembah yang lebih dalam, yaitu frustrasi dan kehilangan motivasi dalam volume yang cukup besar. Ia akan tetap tegas untuk menerima kenyataan dan akan bangkit untuk menata kembali apa yang akan diraih pada kesempatan berikutnya.

Tingginya status sabar hati juga akan membawa pada kemampuan untuk selalu merasakan pengawasan Allah SWT atau *muraqabah* merupakan aktivitas mental spiritual yang berkaitan dengan dimensi sabar hati. Kemampuan ini dapat mendorong seseorang untuk selalu mengontrol dirinya dari perbuatan negatif atau melanggar aturan. Perasaan selalu diawasi oleh Allah SWT berkaitan dengan keimanan terhadap nama dan sifat Allah yang Maha Melihat, Maha Mendengar, Maha Mengetahui, dan Maha Mengawasi segala tindak-tanduk makhluk-Nya, termasuk manusia baik yang terang benderang maupun yang tersembunyi dalam hati sekalipun.

Remaja yang memiliki perasaan diawasi oleh Allah SWT, mereka akan senantiasa mengendalikan diri dari terjerumus dalam perbuatan yang melanggar

aturan. Walaupun dirinya sedang sendiri dan tidak ada seorang yang melihat perbuatannya, tetapi perasaan diawasi oleh Allah SWT akan mengontrol dirinya untuk tidak melakukan perbuatan yang melanggar aturan tersebut. Sebaliknya, rendahnya perasaan diawasi oleh Allah SWT dapat berakibat tidak terkendalinya dorongan remaja untuk berbuat hal-hal yang dilarang oleh agama, negara, dan juga norma-norma yang berlaku di masyarakat, baik yang tertulis maupun yang tidak tertulis.

Kekuatan mental spiritual dari Dimensi Sabar Hati yang lainnya adalah berlapang dada dan rendah hati. Berlapang dada dapat dipahami sebagai sikap toleran terhadap segala perbedaan dalam interaksi sosial remaja. Berlapang dada tidak berarti mengorbankan prinsip-prinsip dan nilai-nilai yang dianut untuk dapat diterima oleh sosial. Berlapang dada adalah sikap saling menghargai prinsip-prinsip dan norma-norma yang dianut oleh masing-masing sehingga tidak peluang terjadinya konflik karena perbedaan tidak terjadi. Lebih dari sekadar dari toleran dalam interaksi sosial, berlapang dada juga bermakna melepaskan beban dalam jiwa. Merasakan kelegaan dalam dada dan senang menerima kenyataan dan tidak menyesali apapun apapun yang sudah terjadi.

Remaja yang mampu berlapang dada dalam menghadapi kenyataan hidup serta toleran terhadap perbedaan tanpa mengorbankan prinsip dan norma yang dianut, diyakini akan mampu mengarungi gelombang yang menghantam sepanjang jalan kehidupannya. Remaja yang lemah untuk berlapang dada akan menghadapi kesulitan untuk menerima kenyataan hidup atau takdir yang diberikan Allah SWT kepada dirinya. Remaja seperti ini akan sangat mudah untuk berkeluh kesah menghadapi setiap kesulitan dan mudah untuk mencari kambing. Keadaan seperti sangat rawan memicu konflik, baik dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain.

Rendah hati dalam bahasa Arab disebut *tawadhu*. Dalam bahasa Sunda disebut *dépé-dépé handap asor, someah ka sasama*. Remaja yang rendah hati adalah remaja yang berkarakter penyayang. Dalam QS. Al-Furqan [25]: 63, difirmankan, "*Wa'ibadur-Rahmānil-ladzīna yamsyūna 'alal-ardhi haunan* [Dan, hamba-hamba Yang Maha Penyayang adalah orang-orang yang berjalan di atas

muka bumi dengan rendah hati]). Maksud dari rendah hati dalam ayat ini adalah tenang, lemah-lembut, tidak congkak dan sombong, berwibawa, tidak jahat, penuh pertimbangan ilmu, berwibawa, dan menjaga kehormatan diri. Jika remaja memilik karakter rendah hati maka orang lain tidak lari menjauh ketika mendengar pembicaraannya. Teman-temannya akan merasa nyaman dan tenang dan tidak khawatir dengan ucapan dan tindakannya. Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan dari Iyadh bin Himar (Muslim, Tt., hlm. Rasulullah SAW bersabda,

> "*Innallāha auḥā ilayya an tawādha'ū hattā lā yafkharu aḥadan 'alā ahadin wa lā yabghi ahadun 'alā aḥadin* [Sesunguhnya Allah telah mewahyukan kepadaku, agar kalian rendah hati, hingga seseorang tidak membanggakan diri terhadap yang lain dan seseorang tidak berbuat aniaya terhadap yang lain].

Remaja yang rendah hati adalah remaja yang senantiasa mau tunduk pada kebenaran dan mau menerima kebenaran itu dari siapapun yang mengucapkannya. Remaja yang rendah hati adalah remaja yang tidak melihat dirinya memilik nilai. Nilai yang didapatkannya adalah nilai yang diberikan oleh orang lain sebagai bentuk penghargaan terhadap kemuliaan dirinya. Remaja yang rendah hati adalah remaja yang jauh dari sikap ambisius dan takabur. Kedua sikap tersebut adalah dosa Iblis yang telah mencelakakannya sehingga dikutuk oleh Allah SWT. Kemampuna untuk rendah hati sangat dibutuhkan oleh remaja untuk menghadapi masa-masa penuh tantangan dan persaingan.

b. Dimensi Sabar Pikiran

Berdasarkan Grafik. 4.4 diperoleh juga informasi rata-rata ketercapaian dimensi sabar pikiran, yaitu 74,69. Skor rata-rata tersebut berada pada status Tinggi. Dimensi sabar pikiran ini lebih tinggi dibandingkan dengan dimensi sabar hati. Dimensi sabar pikiran adalah kemampuan untuk mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan, berpikir positif dan mempelajari kesulitan atau beban berat, dan mengambil hikmah dari segala kejadian.

Pikiran adalah fungsi akal. Menurut Bastaman (1993, hlm. 93), akal dapat diartikan sebagai daya pikir atau potensi inteligensi. Menurut Najati (2004, hlm.

152), dalam kehidupannya manusia akan menghadapi berbagai problem yang membutuhkan pemecahannya. Langkah pertama yang akan ditempuh manusia untuk memecahkan masalah adalah menyadari akan adanya masalah tersebut. Kesadaran tersebut akan muncul manakala manusia berada dalam kondisi tenang dan terkendali untuk dapat memecahkan masalahnya. Di sinilah urgensi untuk memberikan bimbingan agar individu dapat mengembangkan dimensi sabar pikiran untuk memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.

Ditinjau dari perspektif taksonomi Bloom tentang perilaku manusia, dimensi sabar pikiran sebenarnya terkait dengan domain kognitif. Perilaku mengetahui (*knowledge*), memahami (*comprehension*), menerapkan (*application*), menguraikan (*analysis*), memadukan (*synthesis*), dan menilai (*evaluation*) membutuhkan kesabaran. Tanpa dimensi sabar pikiran, semua proses kognitif akan mengalami kemandegan atau akan menghasilkan produk pikiran yang tidak memberikan kemaslahatan kepada umat manusia.

Urgensi bimbingan untuk mengembangkan sabar pikiran adalah mengembangkan kemampuan untuk mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan, berpikir positif dan mempelajari kesulitan atau beban berat, dan mengambil hikmah dari segala kejadian. Jika dimensi sabar pikiran ini tinggi, maka remaja akan mengetahui dan memahami sesuatu yang akan memberikan keuntungan dan berfaedah bagi kehidupannya. Selain itu, ia juga akan terhindar dari segala hal yang berpotensi merugikan dan membahayakan dirinya dan orang-orang di sekitarnya.

Berpikir tentang manfaat dan mudarat atau mafsadat sebelum melakukan suatu tindakan adalah kemampuan antisipatif untuk mengoptimalkan setiap kesempatan mendapat kebaikan dan menekan sekecil mungkin setiap kesempatan untuk timbulnya keburukan. Berpikir manfaat dan mudarat sebelum melakukan sebuah tindakan akan menimbulkan sikap hati-hati dan juga kontrol diri yang terukur. Remaja yang memiliki kemampuan ini sejak usia belia, maka ia memiliki kesempatan untuk meraih kebaikan dalam kesuksesannya.

Dalam pepatah Sunda diungkapkan tentang pentingnya mempertimbangkan sesuatu sebelum memutuskannya. Dikatakan, "*Sing asak-*

asak nya ngejo bisi tutung tambagana, sing asak-asak nya nenjo bisi kaduhung jagana." Pepatah ini mengajarkan pentingnya mempertimbangkan segala sesuatu secara matang, waspada, tidak tergesa-gesa dalam memutuskan sesuatu, penuh pertimbangan ilmu sehingga penyesalan akan terhindarkan.

Manfaat dan mudarat adalah dua hal yang secara diametral bertentangan. Keduanya memiliki titik ekstrim yang sama-sama murni. Tetapi dalam banyak hal, ada yang juga yang saling bersinggungang, Kadang-kadang, dalam salah satu unsur mengandung unsur yang lainnya, baik salah satunya lebih sedikit atau lebih banyak. Tidak dapat dipungkiri juga bahwa unsur manfaat dan mudaratnya seimbang atau sama bobotnya.

Menghadapi situasi yang sama-sama mengandung manfaat dan mudarat, remaja yang dalam masa perkembangan seringjkali menghadapi dilema yang membingungkan. Kesulitan mengambil keputusan karena sama-sama memilik bobot yang menarik kecenderungan pikirannya. Menyikapi masalah yang mengandung unsur manfaat dan mudarat, maka kaidah ushul fiqh yang menyebutkan bahwa, "*Daf'ul-mafāsid muqaddamun 'alā jalbil-mashāli*h [mencegah kerusakan lebih didahulukan daripada mengambil kemaslahatan]", layak untuk menjadi pegangan para remaja untuk menghadapi masa-masa yang penuh dilema dan keraguan.

Indikator mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum bertindak berkaitan dengan indikator berpikir positif. Dalam indikator berpikir positif juga terkandung muatan pertimbangan benar, baik, dan manfaat dari sesuatu sebelum dilakukan tindakan untuk melakukannya atau tidak. Perbedaan dalam indikator ini terletak pada dominasi unsur logika dan akal sehat. Remaja yang memilik kemampuan berpikir logis dan menggunakan akal sehat sebelum mengambil keputusan dan atau melakukan suatu tindakan akan mendorong daya tahan ketika menghadapi kesulitan.

Remaja yang tahan ketika menghadapi kesulitan cenderung akan mengerahkan segala kemampuan pikir, keuletan, dan daya kreasi dalam memecahkan masalah. Tidak takut gagal karena kegagalan dianggap sebagai bagian dari tahapan menuju keberhasilan. Jika ditakdirkan kegagalan yang

diterimanya, maka remaja yang sabar akan berpikir untuk mengambil hikmah dan pelajaran dari segala kegagalan yang diterimanya untuk menjadi bekal yang di masa depan yang lebih baik dan tidak mengulang kesalahan di masa lalu.

c. Dimensi Sabar Lisan

Selanjutnya berdasarkan Grafik 4.4 juga diperoleh informasi rata-rata dimensi sabar lisan yang berada pada status Tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan pencapaian skor rata-rata 73,76. Walaupun berstatus tinggi, namun jika dibandingkan dengan dimensi sabar pikiran dan dimensi sabar hati, dimensi sabar lisan ini masih lebih rendah. Sabar lisan adalah kemampuan untuk bergantung kepada kemahakuasaan Allah melalui doa dan dzikir, mendoakan orang lain, berkata baik, tidak sombong, dan tidak ghibah.

Dimensi sabar lisan berkaitan dengan kemampuan berbahasa. Perkembangan berbahasa juga terkait dengan perilaku kognitif, afektif dan psikomotorik. Makmun (2009, hlm. 99) menjelaskan bahwa kemampuan berbahasa inilah yang membedakan manusia dengan hewan. Bahasa adalah salah satu instrumen dalam komunikasi manusia dengan sesamanya bahkan dengan makhluk selain manusia. Dimensi sabar lisan memberikan pengaruh terhadap kualitas berbahasa dan komunikasi manusia dengan yang lainnya. Inilah urgensi dimensi sabar lisan dalam kehidupan manusia. Kesabaran lisan dalam makna mengendalikan lisan akan menjamin kenyamanan interaksi dan komunikasi individu dengan yang lainnya sehingga komunikasi menjadi nyaman dengan orang lain.

Rasulullah SAW menuntun setiap manusia agar mampu menjaga lisannya supaya hidup selamat. Dalam sebuah hadits yang diterima Abdullah bin Amr bin Ash, disabdakan, "*Al-Muslimu man salimal-muslimūna min lisānihi wa yadihi* [dikatakan bahwa seseorang itu muslim, yaitu ketika muslim yang lain selamat dari lisan dan tangannya]" (Al-Bukhari, Tt, hlm, 11). Hadits shahih ini membimbing manusia untuk senantiasa menjaga lisannya karena penjagaan lisan akan menjadi faktor yang menjamin keselamatan dan hubungan baik antar manusia sehingga terhindar dari konflik dan perpecahan. Selamatnya manusia

karena mampu menjaga lisannya. Dalam sebuah ungkapan pepatah dikatakan, "*Salāmatul-insān fī hifzhil-lisān* [selamatnya manusia ada pada kemampuannya menjaga perkataannya]".

Lidah adalah instrumen untuk berbicara yang diciptakan demikian lentur. Ada ungkapan "*lidah tak bertulang*" atau dalam ungkapan Sunda dikatakan, "*Letah teu tulangan*". Karakteristik fisik lidah memang lentur, bebas bergerak ke sana ke mari, terkadang liar bagaikan ular dan mudah menyakiti. Sebenarnya lidah diciptakan sebagai anugerah terbesar manusia untuk dapat berkomunikasi dengan yang lainnya dan menebarkan kebaikan. Tetapi, manusia sering tidak mampu mengontrol keinginannya untuk mengucapkan segala hal sehingga seringkali pembicaraannya merambah kepada hal-hal yang tidak baik dan akhirnya menyinggung perasaan orang lain sehingga timbulah huru-hara dan pertengkaran.

Dimensi sabar lisan yang berstatus tinggi pada remaja, memungkinkan untuk digunakan pada hal-hal yang baik. Tidak disalahgunakan pada hal-hal yang tidak baik. Indikator-indikator kesabaran lisan untuk kebaikan sebenarnya banyak. Namun, diantara yang memungkinkan penggunaan lisan yang akan mendorong kebaikan adalah menjadikan lisan untuk berdoa kebaikan untuk dirinya sendiri dan mendoakan kebaikan bagi orang lain.

Doa adalah permohonan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa dan yang mengendalikan segala makhluk, termasuk manusia. Sedangkan dzikir artinya mengingat, yaitu mengingat Allah SWT. Dua hal ini adalah koneksi spiritual manusia dengan Tuhannya. Manusia diciptakan lemah dan tidak berdaya. Namun, manusia akan mampu berdaya dengan pertolongan Allah SWT. Salah satu jalan untuk mendapatkan pertolongan dan pemberdayaan dari Allah SWT adalah melalui doa. Berdoa bukan hanya ciri dari agama Islam. Doa kepada Tuhan Yang Maha Kuasa juga dipraktekkan dalam semua agama. Dengan demikan, benar adanya bahwa secara spiritual manusia memang memiliki fitrah atau naluri untuk mencari kekuatan yang luar biasa di luar dirinya sendiri dan sesamanya.

Secara psikologis, dalam berdoa terjadi penyerahan jiwa sepenuhnya kepada Tuhan Yang Maha Kuasa. Manusia menurunkan segala ego dengan serendah-rendahnya untuk mendapatkan apa yang diinginkannya kepada Yang

Maha Memiliki segala sesuatu, yaitu Tuhan. Diungkapkan bahwa orang yang tidak mau berdoa kepada Yang Maha Kuasa adalah orang yang sombong, takabbur karena demikian percaya pada kemampuan dirinya sendiri padahal sebenarnya dirinya lemah yang bertambah-tambah.

Remaja yang mampu menggantungkan dirinya untuk mendapatkan kebaikan melalui permohonan doa kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa adalah mereka yang berkesempatan untuk mendapatkan ketenangan jiwa dan kejernihan ruhani. Jika dua hal ini ditebarkan kepada yang melalui permohonan doa untuk yang lain, maka akan tersebar kebaikan kepada semua orang. Bahkan, dalam ajaran Islam tegaskan tentang keutamaan mendoakan orang, sebagaimana disebutkan dalam hadits yang diterima dari Abu Darda (Muslim, Tt., hlm. 2094), disabdakan,

> *"Da'watul-mar-il-muslimi li akhīhi bi zhahril-ghaibi mustajābatun 'inda ra'sihi malakun muwakkalun kullamā da'ā li akhīhi bikhairin qālal-malakul-muwakkalu bihi āmīn wa laka bi mitslin* [Doa seorang muslim untuk saudaranya (sesama muslim) tanpa diketahui olehnya adalah doa mustajabah. Di atas kepalanya (orang yang berdoa) ada malaikat yang telah diutus. Sehingga setiap kali dia mendoakan kebaikan untuk saudaranya, maka malaikat yang diutus tersebut akan mengucapkan, "Amin" dan kamu juga akan mendapatkan seperti itu].*"*

Remaja yang mampu mendoakan kebaikan untuk orang lain memilki koneksitas spiritual secara vertikal kepada Tuhannya dan koneksitas horizontal kepada sesamanya. Hal ini memungkinkan secara transendental memicu munculnya kepercayaan antar pribadi dan mendorong ketenangan dalam lingkungan interaksi remaja dengan komunitasnya. Dalam peribahasa Sunda diungkapkan, "*Silih titipkeun nya diri*." Maksudnya, saling menitipkan diri kepada yang lain, saling menjaga amanah, saling percaya, tidak saling mengkhianati, dan lain sebagainya. Tentunya, secara spiritual penjagaan ini melibatkan Allah SWT, Tuhan Yang Maha Kuasa dan Maha Menjaga serta Memelihara segenap makhluk ciptaan-Nya.

Selain menggunakan lisan untuk berdoa dan mendoakan orang, sabar lisan yang akan memberikan jaminan keselamatan sosial adalah berkata dengan perkataan yang baik. Diungkapkan dalam hadits yang diterima dari Abu Hurairah

(Al-Bukhari, Tt. hlm, 100; Muslim, Tt. hlm. 68), sabda Rasulullah SAW, "*Man kāna yu-minu billāhi wal-yaumil-ākhiri falyaqul khairan au li yasmut* [barangsiapa yang beriman kepada Allah dan Hari Akhir, hendaklah ia berkata yang baik atau hendaklah ia diam]".

Sabda Rasulullah SAW tersebut adalah *jawāmi'ul kalim* atau sebuah ucapan ringkas yang padat makna. Semua perkataan bisa berupa kebaikan, keburukan, atau salah satu di antara keduanya. Perkataan baik adalah lubangnya kebaikan. Demikian juga, perkataan buruk adalah lubangnya keburukan. Jika seseorang tidak mau terjerumus ke dalam lubang keburukan yang lebih dalam, hendaklah diam saja. Kesabaran lisan ini juga berkataitan dengan kesabaran pikiran. Jika remaja hendak berbicara maka hendaklah dia berpikir terlebih dahulu tentang baik-buruk, merugikan atau tidak dari ucapannya tersebut. Jika ia merasa bahwa ucapan tersebut tidak merugikannya, silakan diucapkan. Jika ia merasa ucapan tersebut dapat memudaratkannya, atau meragukannya, maka menahan diri untuk berbicara.

Membimbing remaja agar dapat berkata yang baik-baik dan menahan diri dari berkata yang buruk-buruk berkaitan dengan keimanan dan pikiran. Dengan kata lain, dimensi sabar lisan berkaitan dengan dengan dimensi sadar hati dan dimensi sabar pikiran. Keterikatan dimensi-dimensi ini juga dapat membimbing remaja untuk tidak kata-kata buruk, seperti menghina orang lain, menuduh, memfitnah, berkata dengan penuh kesombongan dan merendahkan orang lain, serta menggunjing orang lain atau ghibah. Jika remaja mampu menahan diri untuk tidak mengucapkan hal-hal buruk, maka semua hal yang dapat menggerus kebaikan dalam persahabatan dan memicu pertengkaran dalam pertemanan dapat terhindarkan.

Ucapan penuh kesombongan adalah ucapan yang dimaksudkan untuk menggambarkan dirinya sempurna segala-galanya lalu menggambarkan orang lain rendah, meremehkannya dan menganggap orang lain itu tidak pantas mendapatkan apa yang sudah didapatkannya. Lebih dari itu, ucapan sombong adalah ucapan yang menolak kebenaran dari orang lain. Ucapan sombong adalah ucapan yang membanggakan dirinya sendiri dan memandang dirinya lebih utama

dari orang lain. Kemampuan remaja untuk menahan diri dari mengucapkan ucapan kesombongan dapat menghindari konflik dengan yang lain.

Dalam persepektif budaya Sunda, ucapan kesombongan juga dianggap akan memicu huru-hara dan ketidaknyamanan dalam berinteraksi sosial. Seperti pepatah, "*Abong biwir teu diwengku, abong letah teu tulangan*." Pepatah ini adalah bimbingan agar tidak membiarkan lidah untuk berbicara seenaknya dan berkata tidak mempertimbangkan baik-buruknya.

Indikator terakhir yang dapat membangun jalinan kasih sayang dan kenyamanan dalam interaksi sosial remaja adalah tidak ghibah, yaitu tidak menggunjing keburukan orang lain. Dalam hadits yang diriwayatkan dari Abu Hurairah (Muslim, Tt., hlm. 2001), disabdakan oleh Rasulullah SAW,

> "*Atadrūna mā al-ghibah? Qālū: Allāhu wa rasūluhu a'lamu, Qāla: Dzikruka akhāka bimā yakrahu, faqīla: afaraita in kāna fi akhī mā aqūlu? Qāla: in kāna fīhi mā taqūlu faqadightabtahu, wa in lam yakun fīhi mā taqūlu faqad bahattahu* [Tahukah kalian apakah ghibah itu?". Sahabat menjawab: "Allah dan Rasul-Nya yang lebih mengetahui". Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam berkata: "Yaitu engkau menyebutkan sesuatu yang tidak disukai oleh saudaramu", Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam ditanya: "Bagaimanakah pendapat anda, jika itu memang benar ada padanya ? Nabi Shallallahu 'alaihi wa sallam menjawab: "Kalau memang sebenarnya begitu berarti engkau telah mengghibahinya, tetapi jika apa yang kau sebutkan tidak benar maka berarti engkau telah berdusta atasnya]."

Demikianlah definisi ghibah atau menggunjing keburukan orang yang diketahui oleh seseorang. Secara psikologis, perilaku meng-*ghibah* keburukan orang lain, status penggunjing berada dalam perasaan penuh kebenciaan dan ketidaksukaan terhadap pihak yang digunjing. Ia berusaha menebarkan kebencian dan ketidaksukaannya kepada teman-temannya yang awalnya tidak mengetahui tentang orang yang menjadi objek gunjingan tersebut. Menggunjing keburukan orang lain sama dengan menyebarkan keburukan. Dalam Al-Quran QS. Al-Hujurat [49]: 12, difirmankan, "*Wa lā taghtab ba'dhukum ba'dhan a yuhibbu ahadukum an yakūla lahma akhihi fakarihtumūhu* [dan janganlah sebagian kalian menggunjing sebagian yang lain. Sukakah salah seorang dari kalian memakan daging bangkai saudaranya yang telah mati, pasti kalian membencinya]". Ayat ini

memetaforakan menggunjing keburukan orang lain sama dengan memakan daging saudaranya sendiri. Dalam peribahsa Sunda diungkapkan, "*biwir nyiru rombengeun*". Maksudnya, orang yang suka menceritakan rahasia atau keburukan orang lain.

Tersebarluasnya keburukan dalam hubungan sosial antar remaja, tidak lepas dari semakin banyaknya orang yang terlibat untuk memperbincangkan keburukan tersebut. Ghibah atau menggunjing keburukan orang lain sama dengan menyebarluaskan keburukan terluas. Dalam pepatah Sunda, perilaku seperti ini juga dianggap sebagai sesuatu yang tercela secara etika. Diungkapkan dalam sebuah peribahasa, "*Anu burung diangklungan, anu gelo didogdogan, anu edan dikendangan*. " Maksud dari peribahsa ini adalah mengiyakan orang yang banyak bicara sebagai bahan olok-olokan sehingga keburukan dan perselisihan antara sesama menjadi tersebar luas.

d. Dimensi Sabar Jawarih

Terakhir, berdasarkan tabel. 4.4 juga diperoleh informasi rata-rata Dimensi Sabar Jawarih yang juga berstatus Tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan pencapaian skor rata-rata 73,66. Walaupun berstatus Tinggi, namun jika dibandingkan dengan tiga dimensi lainnya, maka Dimensi Sabar Jawarih ini adalah dimensi paling rendah. Dimensi Sabar Jawarih adalah kemampuan untuk menahan gejolak syahwat perut dan syahwat kemaluan, tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain, tidak merusak barang, memafkan dan berdamai, mempertahankan tekad yang kuat, dan berbuat ihsan, yaitu melakukan kebaikan karena Allah walaupun dirinya tidak dapat melihat Allah tetapi sangat yakin bahwa Allah melihat segala perbuatan yang dilakukannya.

Dimensi sabar jawarih, dalam tinjauan taksonomi perilaku terkait erat dengan domain psikomotorik. Perilaku yang nampak terlihat gerakannya dan juga komunukasi nonverbal juga bersentuhan dengan dimensi kesabaran jawarih. Gerakan anggota badan dan isyaratnya berhubungan dengan kenyamanan interaksi individu dengan yang lainnya. Ketidaknyamanan dalam bahasa tubuh dapat mempengaruhi kualitas hubungan sosial individu dengan yang lainnya. Pada

titik ini kesabaran jawarih dibutuhkan untuk menjamin keberlangsungan interkasi yang nyaman antara individu dengan lainnya.

Remaja yang memiliki berstatus tinggi dalam kesabaran jawarih (anggota tubuh) adalah remaja yang mampu menahan gejolak syahwah perut dan syahwat kemaluan. Menurut Maslow, kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan yang paling mendasar. Manusia akan merasakan ketidakbahagiaan karena kebutuhan fisiologisnya tidak terpenuhi. Termasuk dalam kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan biologis. Manusia pun tidak akan mendapat ketenangan jika kebutuhan biologisnya tidak terpenuhi.

Syahwat secara bahasa artinya hasrat (*desire*) atau libido. Secara fitrah manusia dikarunia syahwat agar dapat bertahan hidup dan mengembangkan keturunan. Namun, diisebabkan dorongan kebutuhan fisiologisnya, manusia bisa saja melampaui batas dan melanggar batas-batas atau wilayah hak orang lain. Demikian juga dengan remaja yang sedang dalam masa perkembangan. Dorongan kebutuhan fisiologis sering menimbulkan masalah sosial, konflik antar pribadi atau bahkan melibatkan komunitas yang lebih banyak.

Syahwat perut yang tidak terkendali dapat menimbulkan banyak keburukan. Rasulullah SAW sendiri telah memberikan bimbingan kepada manusia agar menjaga hasrat memenuhi isi perut sehingga berlebihan dan melanggar etika untuk mendapatkannya. Dalam hadits yang diterima dari Miqdam bin Maqdi Kariba (At-Tirmidzi, Tt., hlm. 168), disabdakan oleh Rasulullah SAW,

> "*Mā mala-a ādamiyyun wi'ā-an syarran bin bathnihi bihasbi ibni ādama ukulātun yuqimna shulbahu, fa in kāna lā mahālata fatsulutsun li tha'āmihi wa tsulutsun li syarābihi wa tsulutsun li nafsihi* [Tidaklah manusia memenuhi wadah yang lebih buruk daripada perutnya. Cukup bagi anak Adam beberapa suap yang menegakkan tulang punggungnya. Jika tidak ada pilihan, maka sepertiga untuk makanannya, sepertiga untuk minumannya, dan sepertiga untuk nafasnya]."

Rasulullah SAW sangat mengkhawatirkan terjadi pada umatnya dua syahwat ini, yaitu syahwat perut dan syahwat kemaluan. Dalam hadits yang diterima dari (Ahmad, Tt., hlm. 21), Rasulullah SAW bersabda, "*Inna mimmā akhsyā 'alaikum syahawātil-ghayyi fī buthūnikum wa furūjikum wa mudhillātul-fitani* [sesungguhnya di antara yang aku takutkan atas kalian, ialah syahwat

mengikuti nafsu pada perut dan pada kemaluan kalian serta fitnah-fitnah yang menyesatkan].” Remaja yang terbimbing untuk memapu menahan gejolak syahwat perut dan syahwat kemaluannya agar berkontribusi bagi hadirnya suasana dalam kehidupan masyarakat yang aman dan tenteram. Gejolak kejahatan masyakarat modern tidak lepas dari sumber gejolak syahwat perut dan syahwat kemaluan.

Remaja yang sabar dalam menahan syahwat perut dan syahwat kemaluan adalah mereka yang memiliki sifat *iffah*. Remaja yang memiliki iffah, secara transendental akan dijaga dan diselamatkan oleh Allah SWT sehingga tidak terjerumus ke dalam lembah kehinaan dan kehancuran. *Iffah* adalah orang selalu menjaga dan mengawasi diri (*continence*) untuk mempertahankan kesucian diri (*chasteness*) dengan berpantang melakukan hal-hal yang hina dan buruk (*abstinence*; *virtuousness*). *Iffah* dalam konteks ajaran Agama adalah menjaga kesucian diri dari apa-apa yang dilarang oleh Tuhan, yaitu Allah SWT. Karakter remaja seperti inilah yang diharapkan menjadi sosok generasi masa depan bagi bangsa Indonesia.

Ciri lain dari remaja yang memiliki status sabar yang tingi adalah tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain. Ia tidak mudah patah semangat dan menceburkan diri pada kehancuran dengan tindakan yang merusak diri sendiri. Remaja yang tinggi status Dimensi Sabar Jawarih tidak mudah putus asa, tidak mudah terjerumus untuk menghancurkan diri dengan mengkonsumsi obat-obat terlarang dan atau bunuh diri. Selain itu, ia juga tidak mudah tersulut untuk mudah bertindak atas kesalahan orang lain dengan melakukan tindak kekerasan, berlaku radikal atau memberikan teror, bahkan pada tingkat menghilangkan nyawa orang lain, baik personal maupun komunal.

Remaja yang memiliki status tinggi pada Dimensi Sabar Jawarih memiliki kemampuan untuk dapat menahan diri ketika ada keinginan untuk bertindak destruktif atau merusak, memusnahakan, atau menghancurkan benda yang menimbulkan rasa ketakutan juga kepada orang-orang di sekitarnya. Remaja yang tinggi status sabarnya akan mampu menebarkan ide dan tindakan-tindakan yang membangun (konstruktif) dan memberi ketenangan pada lingkungannya di

manapun dan kapan pun ia berada. Jika indikator karakter ini yang berkembang dalam kepribadian genarasi muda saat ini, maka di masa mendatang diharapkan masyarakat dan bangsa Indonesia dapat hidup berdampingan dengan penuh ketenangan dan kenyamanan.

Remaja yang memilik status tinggi pada Dimensi Sabar Jawarih adalah remaja yang mampu memafkan dan berdamai ketika ia terlibat konflik atau mendapatkan perlakukan zalim dari orang lain. Jika karakter ini berkembang maka akan memberikan jaminan untuk terwujudnya kedamaian dalam ketenangan dalam lingkungannya. Memberikan maaf kepada orang yang telah menzalimi adalah tindakan yang sangat berat. Hal yang lebih berat lagi setelah memaafkan adalah berdamai dengan orang yang telah nyata menzalimi. Memaafkan dan berdamai adalah perilaku yang sangat mulia. Menjadi orang yang "jembar pangampura" adalah menisbatkan diri pada sifat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pemaaf lagi Maha Pengasih dan Penyayang.

Kata maaf berasal dari bahasa Arab yang artinya menghapus tanpa jejak. Memaafkan berarti menghapus kesalahan dan tindak kezaliman orang lain terhadap dirinya tanpa bekas sedikit pun. Inilah karakteristik orang-orang yang sabar. Allah SWT berfirman dalam QS. Ali Imran [3]: 134, "*Alladzīna yunfiqūna fis-sarrā-i wadh-dharrā-i wal-kāzhiminal-ghaizha wal-'āfīna 'anin-nās* [yaitu orang-orang yang berinfaq dalam keadaan luas dan sempit, mengendalikan marah, dan memaafkan manusia]." Merujuk pada akhir ayat sebelumnya, yaitu QS. Ali Imran [3]: 133, tentang orang-orang yang bertaqwa, maka salah satu ciri orang yang bertakwa adalah mampu memaafkan manusia yang telah berbuat zalim kepadanya. Kata "*taqwa*" telah menjadi istilah untuk mencirikan identitas bangsa Indonesia, maka generasi penerus bangsa adalah para remaja hari ini yang memiliki kemampuan untuk memaafkan kesalahan orang lain. Memaafkan orang lain adalah pintu gerbang menuju masyarakat yang damai.

Kekuatan remaja hari ini yang akan mengisi masa depan hendaknya dibimibing untuk tetap mempertahankan tekad yang kuat. Remaja yang sabar adalah mereka yang mampu mempertahankan ritme kesabaran dengan menjaga tekad agar tetap semangat untuk menyongsong masa depan. Tekad yang kuat

tidak akan bisa dilepaskan dengan inti kekuatan lain, yaitu *ihsan*. Secara bahasa, ihsan berarti kebaikan. Dalam konteks spiritualisme, ihsan bukan sekadar *humanitarianism*, tetapi ihsan menembus batas kebaikan dan kebermanfaatan (*beneficence*) pada tataran kemanusian menjadi sebuah kebaikan manusia langit, yaitu manusia yang senantiasa merasakan dirinya terikat dengan keberadaan dan kemahakuasaan Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa.

Spiritualitas dan religiusitas Islam menempatkan karakter *ihsan* pada puncak atau derajat keberagamaan setalah pengakuan keisalaman dan keimanan. Ihsan didefiniskan sebagai kemampaun seseorang untuk mengabdi kepada Allah SWT melalui ibadah dengan mentaati segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya, seolah-olah ia dapat melihat-Nya. Oleh karena ia memang tidak dapat melihat Allah SWT, maka ia sangat meyakini bahwa Allah SWT selalu mengawasinya. Dalam sebuah hadits yang diterima dari Umar bin Khattab (Muslim, Tt., hlm. 36), Rasulullah bersabda tentang ihsan, yaitu "*An ta'budallāh ka-annaka tarāhu, fa in lam takun tarāhu fa innahu yarāka* [engkau beribadah kepada Allah seolah-olah engkau melihat-Nya, maka bila engkau tidak melihat-Nya, sesungguhnya Dia melihatmu]."

Dalam persepektif spiritualisme, hakikat ihsan adalah puncak tertinggi dari kapasitas dalam relasi spiritual seseorang dengan Tuhannya. Jika ditinjau dari persepektif sejarah, kapasitas ini tidak selalu linier dengan usia perkembangan. Kematangan spiritual pernah dialami oleh manusia-manusia pada usia muda. Sejarah agama-agama samawi, yaitu Yahudi, Nashari, dan Islam mencatat para nabi yang diturunkan kepada umatnya rata-rata diutus oleh Allah SWT pada usia muda. Bahkan, dalam Nabi Ismail, putra dari Nabi Ibrahim mendapatkan anugerah karakter ihsan pada usia belia, yaitu akhir masa anak-anak.

Demikian pula dengan Nabi Yahya, yaitu putra Nabi dari kalangan Bani Israil yang lain, yaitu Nabi Zakaria, beliau dianugerahi ilmu hikmah (pendalaman tentang ha-ihwal agama), perangai yang penuh kasih sayang, dan kesucian jiwa dan ketaqwaan pada usia kanak-kanak yang disebut dalam Al-Quran dengan kata "*shabiyya*'. Pada masa sebelumnya, telah diutus juga dari kalangan Bani Israil seorang nabi yang memiliki karakter yang mulia di usia remaja, yaitu Nabi Musa

dan Nabi Yusuf. Adapun dari kalangan Nashrani, Nabi Isa juga pada usia belia, bahkan sejak dalam buaian telah menunjukkan karakter mulianya.

Manusia terakhir yang diutus sebagai nabi dan rasul dengan karakter ihsannya adalah dari keturunan Nabi Ismail, yaitu Nabi Muhammad SAW, penutup para nabi dan rasul. Beliau juga telah menunjukkan karakter mulianya sejak usia remaja. Masyarakat Quraisy pada zaman itu sangat mempercayai Muhammad dan menjulukinya sebagai yang jujur dan amanah, padahal usianya masih remaja.

Selain kalangan para nabi (*anbiyā*), manusia biasa yang bukan nabi tetapi memiliki karakter ihsan adalah remaja-remaja *ashhābul-kahfi* yang kisahnya diabadikan dalam Al-Quran di surat Al-Kahfi. Mereka adalah anak-anak muda yang kokoh dalam keyakinan tauhid kepada Tuhannya. Mereka adalah remaja-remaja yang memadukan antara doa kepada Tuhannya dengan usaha yang paling maksimal untuk menggapai keselamatan. Mereka adalah contoh remaja-remaja yang berkarakter ihsan.

Generasi berikutnya adalah para shahabat Nabi Muhammad SAW. Pengikut-pengikut generasi pertama, kebanyakan adalah anak-anak muda. Generasi berikutnya, yaitu para *tābi-'īn* dan *atbā'ut-tābi-'īn*, juga banyak dari kalangan muda. Generasi berikutnya, yaitu para mujtahid juga banyak yang berusia belia dengan karakter mulia. Salah satu contohnya adalah Imam Asy-Syafi-i. Pada usia yang sangat belia, yaitu sepuluh tahun, Imam Asy-Syafi-i menebarkan kemuliaan dengan ilmu dan akhlak karimahnya kepada orang tua dan masyarakat di zamannya.

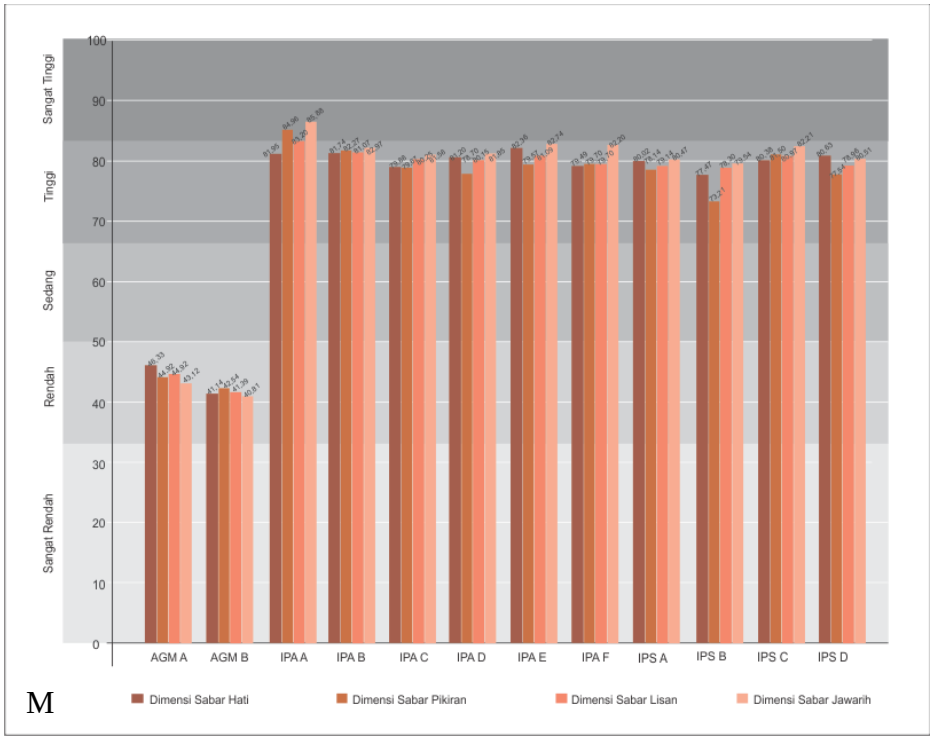
Mereka yang dicontohkan tersebut, secara *chronological age* adalah *fityah* atau "*syabāb*" yang berarti belia atau anak muda. Namun, secara *mental age*, mereka adalah anak-anak muda yang telah menunjukkan karakter transenden dan perilaku mulia dalam relasi spiritual dan religius dengan Allah SWT dalam segala bentuk penghambaan (*devotion*). Gererasi muda seperti inilah yang diharapkan tumbuh berkembangnya karakternya pada remaja-remaja Indonesia hari ini yang akan mengambil peran penting dalam era emas Indonesia 2045.

Mendasarkan pembahasan dalam sub-bab ini dapat dijelaskan dalam perspektif budaya bahwa dimensi sabar hati, sabar pikiran, sabar lisan, dan sabar jawarih adalah faktor untuk menjaga keberlangsungan hubungan sosial dan kelestarian lingkungan. Misalnya ungkapan "*ngandung hate*". Ungkapan ini berkaitan dengan perasaan hati yang tidak nyaman karena adanya konflik antar individu. Ungkapan lain, "*caina herang laukna beunang*". Ungkapan ini berkaitan dengan pentingnya berpikir jernih sebelum bertindak. Ungkapan lain, "*bentik curuk balas nunjuk, capetang balas miwarang*". Ungkapan ini berhubungan dengan pentingnya menjaga bahasa verbal dan nonverbal sebab kurang terkendalinya bahasa lisan dan bahasa tubuh dapat mengakibatkan rusaknya hubungan sosial dengan sesama.

Pengembangan dimensi-dimensi kesabaran pada remaja tidak dapat berjalan secara parsial. Layaknya domain-domain perilaku manusia yang tidak dapat saling berhubungan dan saling mempengaruhi, maka dimensi-dimensi kesabaran pun demikian, harus dikembangkan secara integral. Wahana pendidikan dan bimbingan yang integral akan menjadi tempat yang paling efektif untuk pengembangan karakter sabar dengan segala dimensi dan aspeknya menuju Generasi Emas 2045.

4. Gambaran Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Kelas dan Dimensi Kesabaran

Setelah memaparkan gambaran status kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 serta telah dijelaskan mengenai urgensi dan konsekuensi dari status kesabarannya dalam setiap dimensi, selanjutnya ditampilkan Grafik. 4.5. Visualisasi ini menggambarkan tentang perbandingan status kesabaran remaja pada siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 berdasarkan kelas dan dimensi kesabaran. Melalui visualisasi data dalam Grafik. 4.5, akan dipahami posisi status dimensi kesabaran pada setiap kelas. Perbandingan ini akan memberikan informasi telah rinci mengenai rata-rata status dimensi kesabaran pada setiap kelas.



Grafik 4.5
Perbandingan Status Kesabaran Remaja pada Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 Berdasarkan Kelas dan Dimensi Kesabaran

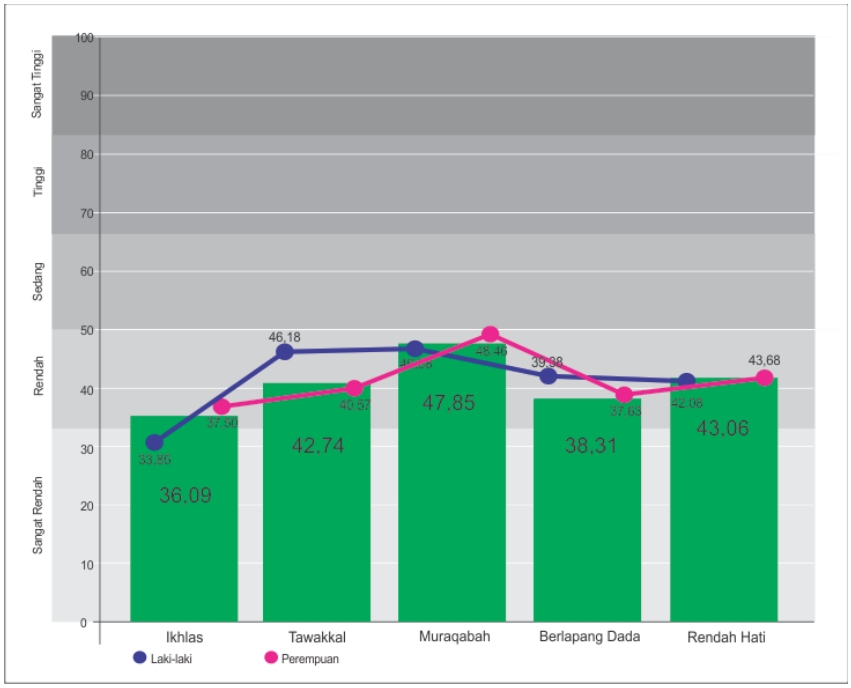
Merujuk Grafik. 4.5, Semua dimensi kesabaran di Kelas IPA A, IPA B, IPA C, IPA D, IPS A, IPS B, IPS C berada pada status tinggi. Bahkan, Dimensi Sabar Pikiran dan Dimensi Sabar Jawarih di Kelas IPA A berada pada status Sangat Tinggi. Dua dimensi lainnya, yaitu Dimensi Sabar Hati dan Dimensi Sabar Lisan di Kelas IPA A berada pada status Tinggi sama seperti yang dicapai kelas-kelas yang lain dalam semua dimensi kesabaran. Pada semua kelas parallel IPA dan IPS tidak satu pun dimensi kesabaran yang berstatus rendah apalagi sangat rendah.

Dimensi-dimensi kesabaran yang berstatus rendah terjadi di Kelas Agama A dan Kelas Agama B. Kedua kelas yang berbasis pada Program Agama ini, dalam semua dimensi berada pada status Rendah. Namun, jika dibandingkan antara Kelas Agama A dan Kelas Agama B, maka Kelas Agama B berada pada status lebih rendah daripada Kelas Agama A dalam semua dimensi kesabaran.

Berdasarkan status kesabaran ini, siswa-siswa di Kelas Agama B diputuskan menjadi kelompok yang mendapat *treatment* untuk dikembangkankan status kesabarannya melalui bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran. Secara lebih terperinci, status kesabaran siswa-siswi Kelas Agama B dalam semua dimensi serta urgensi dan konskuensi dari status rendahnya akan dibahas pada sub-bab 5 dari bab ini.

5. Gambaran Status Dimensi Sabar Hati pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Grafik. 4.6 secara lebih rinci menampilkan status kesabaran pada Dimensi Sabar Hati. Terdapat lima aspek dalam Dimensi Sabar Hati ini, antara lain: *Pertama*, aspek Ikhlas adalah aspek yang berkaitan dengan memurnikan niat. Pada aspek ini, sabar didefinisikan sebagai tunjukkan dengan kemampuan untuk memurnikan niat dalam beribadah, tertuju hanya kepada Allah semata, serta tidak merasa terbebani dalam melaksanakannya.



Grafik 4.6
Status Dimensi Sabar Hati pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Berdasarkan Grafik. 4.6, aspek Ikhlas siswa-siswi Kelas Agama B berada pada status Rendah. Status rendah ini dapat digambarkan bahwa sisa-siswi Kelas Agama B masih belum mampu untuk memurnikan niat dalam beribadah. Masih ada tujuan-tujuan lain selain hanya kepada Allah semata, seperti ingin mendapat pujian dari guru, orang tua, atau teman sehingga ibadah dirasakan sebagai beban yang memberatkan.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk ikhlas ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering meragukan Allah sebagai satu-satunya Tuhan yang berhak disembah.
b. Sering meyakini bahwa roh orang yang saleh yang sudah meninggal dapat membantu kesulitan dalam ujian.
c. Sering merasa bahwa ibadah adalah beban dari Allah.

Jika aspek keikhlasan rendah, maka akan mengakibatkan ketidakmampuan untuk mengendalikan gejolak hati sehingga sulit untuk memurnikan niat beramal atau beribadah karena Allah SWT. Ketidakmurnian mengarahkan tujuan beramal hanya untuk Allah SWT saja mengakibatkan hilangnya konsentrasi dan tidak fokus dalam menjalani suatu aktivitas. Kehilangan konsentrasi berakibat pada tidak optimalnya proses memusatkan perhatian dan menempatkan prioritas dalam proses mental. Walaupun memurnikan niat adalah aktivitas hati (*a'mālul-qulūb*), tetapi aktivitasnya berpengaruh pada proses berpikir.

Kualitas sebuah produk pikiran disebabkan oleh lemahnya konsentrasi. Substansi dalam konsentrasi adalah prioritas proses mental dalam mengerahkan potensi pikiran. Adapun fokus, seseorang akan mampu mengoptimalkan kerja otak untuk untuk mengolah dan mengarahkan informasi. Fokus menentukan kecepatan hasil berpikir dan konsentrasi menentukan kualitas hasil akhir dari proses berpikir. Makin konsentrasi seseorang mengerjakan apa fokusnya, maka akan tercapai produk berpikir yang berkualitas sekaligus waktu berpikirnya relatif pendek. Kondisi *out of focus* atau *misfocus* dan *misconcentration* akan mengakibatkan hilangnya informasi yang disadari untuk masuk dan terekam kuat serta dapat diingat dalam prioritas fokus seseorang. Bercabangnya tujuan dan

tidak adanya prioritas membuka peluang terjadinya kegagalan dalam menggapai cita-cita atau paling tidak berakibat pada hasil yang diraih yang rendah atau hanya sedikit. Padahal, jika mampu fokus dan konsentrasi pada penggapaian cita-cita, maka dapat dipastikan hasil yang diraih akan lebih optimal.

Aspek *Kedua* adalah Tawakkal, yaitu bergantung kepada Allah. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggantungkan harapan hanya kepada Allah. Berdasarkan Grafik. 4.7, Aspek Tawakkal siswa-siswi Kelas Agama B juga berada pada status Rendah. Status rendah dalam Aspek Tawakkal dapat dijelaskan bahwa siswa-siswi Kelas Agama B belum mampu menggantungkan harapan hanya kepada Allah saja. Menggantungkan harapan kepada sesama manusia sebenarnya tidak dilarang pada hal-hal yang manusia tersebut mampu untuk mambantu urusan manusia yang lain.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk tawakkal ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering tidak yakin terhadap janji Alah bahwa bersama kesulitan ada kemudahan.
b. Seraing merasa sakit sebagai beban bukan sebagai bentuk kasih sayang Allah.
c. Sering meyakini manusia penentu nasibnya sendiri.
d. Sering tidak berdoa untuk menyerahkan segala urusan kepada Allah setiap kali keluar dari rumah untuk mengurusi urusan-urusan.

Kondisi lain yang akan diakibatkan oleh rendahnya Aspek Tawakkal adalah munculnya kebergantungan pada kemampuan diri sendiri padahal manusia sebenarnya diciptakan dalam keadaan lemah. Munculnya *over confidence* atau terlalu percaya pada kemampuan diri sendiri seringkali berakibat kegagalan. Remaja yang terlalu *overconfidence* dan terlalu yakin bahwa setiap yang dicita-citakannya pasti akan diraih dengan segenap kemampuan yang dimilikinya, dikhawatirkan akan menghadapi ketidaksiapan jika yang terjadi adalah sebaliknya. Selain kegagalan dalam mencapai cita-cita, remaja pun dapat terjerumus dalam lembah yang lebih dalam, yaitu frustrasi dan kehilangan motivasi dalam volume yang cukup besar. Jika itu yang terjadi, maka bukan hanya

kegagalan yang akan dihadapi tetapi kemungkinan lebih buruk lagi, yaitu kehancuran lahir dan batin dengan menceburkan diri pada lembah narkoba atau melakukan bunuh diri.

Aspek *Ketiga* adalah Muraqabah, yaitu merasakan pengawasan Allah. Aspek ini didefiniskan sebagai kemampuan untuk merasakan bahwa Allah senantiasa mengawasi segala tindak-tanduk makhluknya. Berdasarkan Grafik. 4.7, aspek Muraqabah siswa-siswi Kelas Agama B juga berada pada status rendah. Status rendah pada aspek Muraqabah dapat dipahami bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B belum mampu untuk merasakan bahwa Allah SWT senantiasa mengawasi segala tindak-tanduk makhluknya. Rendahnya status pada aspek Muraqbah ini membuka peluang siswa-siswi melakukan sesuatu tindakan yang mengabaikan norma-norma atau peraturan yang berlaku, baik di rumah, sekolah, maupun di masyarakat.

Indikator-indikator lemahnya *murāqabah* ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering tidak yakin bahwa Allah mengawasi di mana saja manusia berada, baik siang maupun malam.
b. Sering ragu bahwa Allah mengetahui segala hal yang tersembunyi dalam hati.
c. Sering menyangsikan bahwa Allah mengetahui bisikan-bisikan.

Ketidakmampuan untuk selalu merasakan pengawasan Allah SWT atau *murāqabah* merupakan aktivitas mental spiritual yang berkaitan dengan kemampuan untuk selalu mengontrol dirinya dari perbuatan negatif atau melanggar aturan. Perasaan selalu diawasi oleh Allah SWT berkaitan dengan keimanan terhadap nama dan sifat Allah yang Maha Melihat, Maha Mendengar, Maha Mengetahui, dan Maha Mengawasi segala tindak-tanduk makhluk-Nya, termasuk manusia baik yang terang benderang maupun yang tersembunyi dalam hati sekalipun.

Remaja yang memiliki perasaan diawasi oleh Allah SWT, mereka akan senantiasa mengendalikan diri dari terjerumus dalam perbuatan yang melanggar aturan. Walaupun dirinya sedang sendiri dan tidak ada seorang yang melihat perbuatannya, tetapi perasaan diawasi oleh Allah SWT akan mengontrol dirinya

untuk tidak melakukan perbuatan yang melanggar aturan tersebut. Sebaliknya, rendahnya perasaan diawasi oleh Allah SWT dapat berakibat tidak terkendalinya dorongan remaja untuk berbuat hal-hal yang dilarang oleh agama, negara, dan juga norma-norma yang berlaku di masyarakat, baik yang tertulis maupun yang tidak tertulis.

Aspek *Keempat* adalah berlapang dada, yaitu kemampuan untuk menerima segala yang terjadi dengan lapang dada dan menerimannya sebagai ketentuan (takdir) dari Allah SWT. Berdasarkan Grafik. 4.7, Aspek Berlapang Dada berada pada status Rendah. Baik siswa maupun siswi mendapatkan skor yang menempatkan mereka pada status berlapang dada rendah. Dengan kata lain, dapat digambarkan bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B belum mampu untuk menerima segala yang terjadi dan dialami oleh mereka, terutama hal-hal yang tidak sesuai dengan keinginan sebagai takdir Allah SWT.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk berlapang dada ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering tidak yakin bahwa segala nikmat berasal dari Allah.
b. Sering merasa bahwa Allah telah menzalimi dengan segala kesulitan hidup.
c. Sering tidak yakin bahwa di balik segala kejadian ada hikmahnya.
d. Sering tidak dapat merelakan apa yang terlepas dari yang diharapkan.
e. Sering muncul keinginan untuk berhenti sekolah karena beban belajar berat.
f. Sering terbersit keinginan untuk bunuh diri.

Rendahnya status Aspek Berlapang dada dapat memunculkan sikap tidak toleran terhadap segala perbedaan dalam interaksi sosial remaja. Ketidakmampuan berlapang dada akan berakibat pada sikap tidak saling menghargai prinsip-prinsip dan norma-norma yang dianut oleh masing-masing sehingga peluang terjadinya konflik karena perbedaan sangat mungkin untuk terjadi. Rendahnya kemampuan berlapang dada juga dapat memperberat beban dalam jiwa Merasakan kesesakan dalam dada dan tidak senang senang menerima kenyataan dan menyesali apapun apapun yang sudah terjadi.

Remaja yang tidak mampu berlapang dada dalam menghadapi kenyataan hidup serta tidak toleran terhadap perbedaan prinsip dan norma yang dianut, diyakini akan tidak mampu mengarungi gelombang yang menghantam sepanjang jalan kehidupannya. Remaja yang lemah untuk berlapang dada akan menghadapi kesulitan untuk menerima kenyataan hidup atau takdir yang diberikan Allah SWT kepada dirinya. Remaja seperti ini akan sangat mudah untuk berkeluh kesah menghadapi setiap kesulitan dan mudah untuk mencari kambing. Keadaan seperti sangat rawan memicu konflik dalam dirinya sendiri maupun dengan orang lain.

Aspek *Kelima* adalah rendah hati, yaitu kemampuan untuk menahan diri dari sombong, memuji diri sendiri, hasrat dipuji orang lain, dan lalai dalam kesenangan. Berdasarkan Grafik. 4.7, siswa dan siswi Kelas Agama B berada pada status rendah hati yang rendah. Dengan status rendah ini, dapat dijelaskan bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B masih belum mampu untuk menahan diri dari menyombongkan kelebihan diri sendiri, masih senang memuji diri sendiri, sangat berhasrat untuk dipuji orang lain, dan masih suka melalaikan diri pada saat mendapatkan kesenangan.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk rendah hati ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data kesabaran, antara lain:

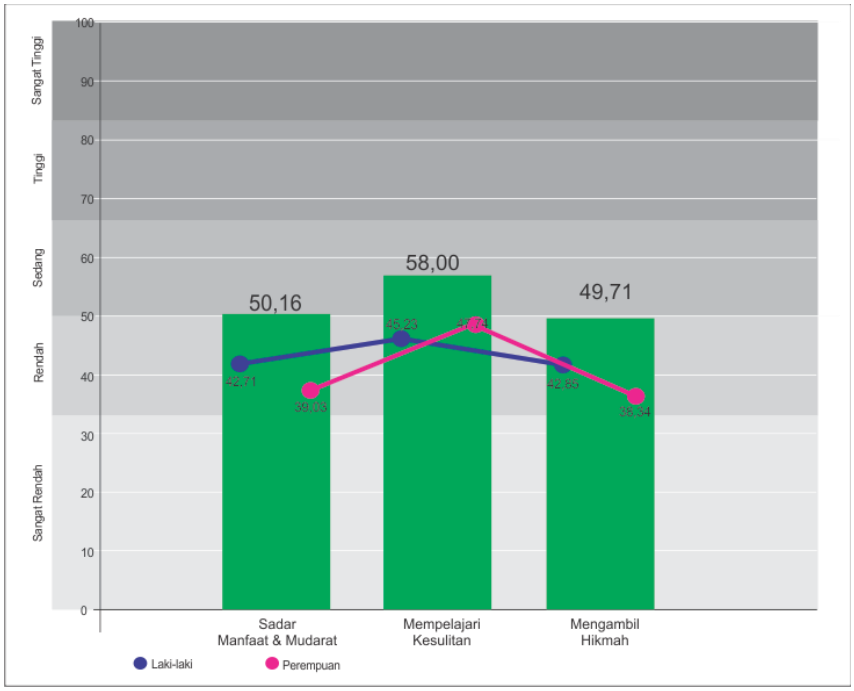
a. Sering merasa menjadi yang terbaik dibanding yang lain.
b. Sering tidak yakin jika kesombongan hanya milik Allah.
c. Sering memuji diri sendiri di depan cermin dan jarang memuji Allah.
d. Sering meng-upload foto-foto *selfie* di media sosial.
e. Sering ragu bahwa masing-masing orang diciptakan dengan kelebihan dan kekurangannya.
f. Sering menceritakan kelebihan-kelebihan diri kepada teman.
g. Sering lupa diri ketika mendapat kesenangan.

Remaja yang tidak rendah hati umumnya tidak tenang, kasar (tidak lemah-lembut), congkak dan sombong, cenderung jahat, bertindak tanpa pertimbangan ilmu, dan tidak bisa menjaga kehormatan diri. Orang di sektarnya cenderung lari menjauh ketika mendengar pembicaraannya. Teman-temannya tidak merasa nyaman dan tenang dan khawatir dengan ucapan dan tindakannya.

Remaja yang tidak mampu untuk rendah hati adalah remaja yang senantiasa tidak mau tunduk pada kebenaran dan tidak mau menerima kebenaran itu dari siapapun yang mengucapkannya. Remaja yang rendah hati adalah remaja yang selalu melihat dirinya memiliki nilai. Nilai yang didapatkannya adalah nilai yang diberikan oleh dirinya sendiri. Remaja yang tidak rendah hati adalah remaja yang dekat dengan sikap ambisius dan takabur. Padahal, dua sifat tersebut adalah sifat yang akan mencelakakan hidupnya. Jika demikian, ia akan sulit untuk bertahan ketika menghadapi masa-masa penuh tantangan dan persaingan.

6. Gambaran Status Dimensi Sabar Pikiran pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Grafik. 4.7 berikut menggambarkan status kesabaran pada Dimensi Sabar Pikiran. Terdapat tiga aspek dalam dimensi ini, antara lain: *Pertama*, aspek Sadar Manfaat dan Mudarat. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan.



Grafik 4.7
Status Dimensi Sabar Pikiran pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Berdasarkan Grafik 4.7, Aspek Sadar Manfaat dan Mudarat berada pada batas bawah status sedang tetapi lebih kuat dikatakan masih rendah. Dengan kata lain, dapat dipahami bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B dianggap belum cukup mampu untuk mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum mempertimbangkan suatu tindakan. Dengan kata lain, dapat dijelaskan pula kemampuan untuk menyadari manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan cenderung kecukupan tapi masih lemah, baik laki-laki maupun perempuan.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk sadar manfaat dan mudarat ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering mengabaikan pengetahuan tentang bahaya rokok.
b. Sering mengabaikan pengetahuan tentang bahaya pacaran.
c. Sering mengabaikan konsekuensi atau akibat buruk dari menyontek.
d. Sering menganggap enteng akibat buruk bergabung dengan geng tawuran.

Lemahnya kemampuan berpikir tentang manfaat dan mudarat atau mafsadat sebelum melakukan suatu tindakan adalah memungkinkan munculnya kesulitan dalam mengantisipasi segala hal yang dapat menimbulkan keburukan dan atau membahayakan diri dan orang-orang di sektarnya. Ketidakmampuan berpikir manfaat dan mudarat sebelum melakukan sebuah tindakan akan menimbulkan sikap tergesa-gesa dan ketidakhati-hatian dan juga kontrol diri yang tidak terukur. Remaja yang tidak memiliki kemampuan ini sejak usia belia, maka ia tidak memiliki kesempatan yang luas untuk meraih kebaikan dalam setiap kesuksesannya.

Remaja yang lemah kemampuan berpikir manfaat dan mudarat sebelum melakukan tindakan cenderung akan kesulitan ketika menghadapi situasi yang sama-sama mengandung manfaat dan mudarat. Remaja seperti ini akan kebingungan dan dilemma yang sulit dicarikan solusinya. Seringkali keputusan yang mengandung mudarat yang justru diambil ketika dilema dihadapi dengan tanpa ilmu dan penuh keraguan karena sulit untuk berpikir positif dan menggunakan akal sehat atau berpikir logis. Remaja yang tidak memiliki

kemampuan berpikir logis dan menggunakan akal sehat sebelum mengambil keputusan dan atau melakukan suatu tindakan tidak akan memiliki daya tahan ketika menghadapi kesulitan.

Aspek *Kedua* adalah mempelajari kesulitan. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk berpikir positif ketika menghadapi kesulitan atau beban berat. Berdasarkan Grafik 4.7, Aspek Mempelajari Kesulitan berada pada status sedang tetapi masih cenderung lemah. Status ini dapat dipahami bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B dianggap belum cukup mampu untuk berpikir positif ketika menghadapi kesulitan atau beban berat.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk mempelajari kesulitan ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering tidak tenang saat ujian karena tidak belajar.
b. Sering berpikir bahwa PR dari guru sebagai beban.
c. Sering tidak berpikir bahwa setiap soal akan mudah jika dipelajari dahulu.
d. Sering berpikir untuk keluar kelas jika pelajaran tidak menarik.
e. Sering berpikir untuk menyerap ilmu tidak perlu memuliakan guru.

Remaja yang lemah dan tidak cukup tahan ketika menghadapi kesulitan cenderung tidak akan mengerahkan segala kemampuan pikir, keuletan, dan daya kreasi dalam memecahkan masalah. Biasanya takut gagal karena kegagalan tidak dianggap sebagai bagian dari tahapan menuju keberhasilan. Jika ditakdirkan kegagalan yang diterimanya, maka remaja yang lemah dan tidak cukup tahan menghadapi kesulitan akan segan untuk menghadapi tantangan berat lagi.

Aspek *Ketiga* mengambil hikmah. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengambil pelajaran yang baik dari segala kejadian. Berdasarkan Grafik 4.7, Aspek Mengambil Hikmah berada pada batas atas status rendah. Dengan kata lain, siswa dan siswi Kelas Agama B masih dianggap belum mampu untuk mengambil pelajaran yang baik dari segala kejadian yang mereka alami dalam kehidupan mereka.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk mengambil hikmah ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering tidak introspeksi diri dan lebih memilih mencari kambing hitam.

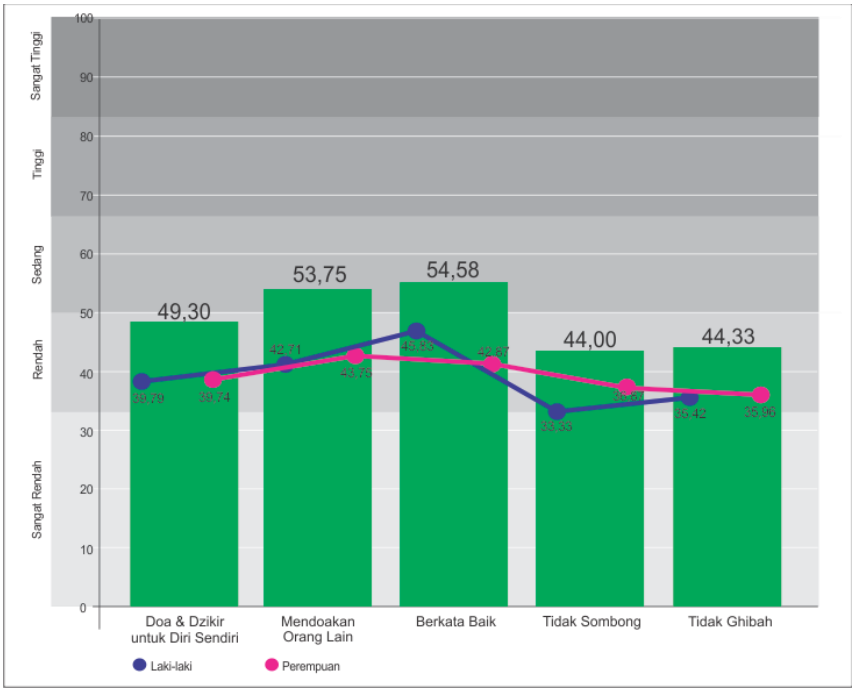
b. Sering tidak berpikir bahwa kemarahan orang tua adalah kasih sayang.
c. Sering berpikir bahwa pesaing adalah musuh.
d. Sering tidak berpikir bahwa ujian kehidupan adalah kesempatan untuk menaikkan kualitas diri.

Status rendahnya aspek mengambil hikmah mengandung konsekuensi pada lemahnya kemampuan untuk mengambil pelajaran dari apa yang telah telah terjadi. Jika remaja yang lemah dalam mengambil hikmah dari kegagalan yang dialami, maka kejadian yang sama mungkin akan dialaminya lagi. Dalam peribahasa diungkapkan "*terperosok pada lubang yang sama*". Artinya, tidak ada upaya untuk mempelajari dan menganalisa penyebab terjadinya kegagalan. Padahal, potensi akal sehat yang dianugerahkan Allah SWT kepada setiap insan untuk digunakan memahami fenomena alam, termasuk kejadian-kejadian baik maupun buruk yang dialami manusia.

7. Gambaran Status Dimensi Sabar Lisan pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Grafik 4.8 berikut menggambarkan status kesabaran pada Dimensi Sabar Lisan. Terdapat lima aspek dalam Dimensi Sabar Lisan ini, yaitu aspek doa dan dzikir untuk diri sendiri, mendoakan orang lain, berkata baik, tidak sombong, dan tidak ghibah (menggungjing orang lain).

Pertama, aspek doa dan dzikir untuk diri sendiri. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk bergantung pada kemahakuasaan Allah melalui doa dan dzikir untuk kebaikan diri sendiri. Berdasarkan Grafik. 4.8 aspek doa dan dzikir kepada Allah untuk kebaikan diri sendiri berada pada batas atas status rendah. Status ini dapat dipahami bahwa siswa dan siswi Kelas Agama A belum mampu bergantung pada kemahakuasaan Allah melalui doa dan dzikir untuk kebaikan diri sendiri.



Grafik 4.8
Status Dimensi Sabar Lisan pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk berdoa dan berdzikir bagi diri sendiri ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering tidak mengadu kepada Allah ketika galau.
b. Sering tidak mengucap alhamdulillah ketika ada yang memuji.
c. Sering tidak mengucap alhamdulillah ketika kenyataan tidak sesuai harapan.
d. Sering tidak istighfar ketika berbuat kesalahan.
e. Sering tidak mengagungkan Allah ketika melihat suatu yang menakjubkan.
f. Sering tidak mengucapkan tasbih ketika melihat suatu keburukan.
g. Sering tidak berdoa untuk memohon kemudahan dalam mencari ilmu.

Rendahnya aspek mendoakan diri sendiri menunjukkan lemahnya koneksi spiritual dengan Tuhan-Nya, yaitu Allah SWT. Padahal, manusia diciptakan lemah dan tidak memiliki daya upaya kecuali diberikan karunia oleh Penciptnya. Dengan kata lain, remaja yang rendah status aspek mendoakan diri sendiri cenderung masih tinggi ego dirinya. Manusia akan mampu berdaya dengan

pertolongan Allah SWT. Salah satu jalan untuk mendapatkan pertolongan dan pemberdayaan dari Allah SWT adalah melalui doa.

Berdoa untuk kebaikan diri sendiri merupakan bentuk penyerahan jiwa sepenuhnya kepada Tuhan Yang Maha Kuasa. Manusia menurunkan segala ego dengan serendah-rendahnya untuk mendapatkan apa yang diinginkannya kepada Yang Maha Memiliki segala sesuatu, yaitu Tuhan. Diungkapkan bahwa orang yang tidak mau berdoa kepada Yang Maha Kuasa adalah orang yang sombong, takabbur karena demikian percaya pada kemampuan dirinya sendiri padahal sebenarnya dirinya lemah dan serba kekurangan.

Aspek *Kedua* adalah mendoakan orang lain. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk mendoakan kebaikan bagi orang lain, baik yang pernah berbuat baik maupun yang berbuat jahat kepada dirinya. Berdasarkan Grafik. 4.8, aspek mendoakan orang lain berada pada batas bawah status sedang. Hal ini menunjukkan kecukupan yang lemah.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk mendoakan orang lain ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering tidak mendoakan kebaikan untuk kedua orang tua.
b. Sering tidak mendoakan kebaikan untuk guru.
c. Sering tidak mendoakan kebaikan untuk teman tanpa kecuali.
d. Sering tidak mendoakan kebaikan kepada orang yang pernah berbuat keburukan.

Lemahnya kemampuan mendoakan orang lain mengindikasikan lemahna keinginan untuk mendapatkan kebaikan spsial secara transenden dari yang Maha Kuasa. Remaja yang lemah kemampuannya untuk mendoakan kebaikan bagi orang lain belum memiliki koneksitas spiritual secara vertikal kepada Tuhannya dan koneksitas horizontal kepada sesamanya. Hal ini memungkinkan secara transendental memicu munculnya ketidakkepercayaan antar pribadi dan mendorong ketidaktenangan dalam lingkungan interaksi remaja dengan komunitasnya. Remaja yang lemah kemampuan mendoakan orang lain adalah mereka yang belum mampu saling menitipkan diri kepada Yang Maha Kuasa.

Secara sosial, belum saling menjaga amanah, belum saling percaya, masih ada potensi untuk saling mengkhianati, dan lain sebagainya.

Aspek *Ketiga* adalah berkata baik. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk tenang dan tidak meratap ketika mendapat kesedihan, tenang dan tidak menggerutu ketika mendapat kesulitan, dan menerima kenyataan dan tidak memaki orang lain. Berdasarkan Grafik. 4.8, aspek berkata baik berada pada batas bawah status sedang. Dengan kata lain, status ini masih dapat dikategorikan kecukupan yang lemah.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk berkata baik ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering mengucapkan Allah tidak adil ketika mendapat kegagalan.
b. Sering tidak mengucapkan istirja ketika sesuatu hilang.
c. Sering protes kepada guru ketika memberi tugas berat atau soal sulit.
d. Sering berkata kasar kepada orang tua.
e. Sering memaki wasit dalam pertandingan olahraga.
f. Sering mengejek tim lawan dalam pertandingan olahraga.
g. Sering tidak menghibur teman yang sedih.
h. Sering menyumpahserapahi teman yang telah mengecewakan.

Lemahnya kemampuan untuk berkata baik memberikan ruang yang cukup besar bagi remaja untuk terjerumus ke dalam lubang keburukan yang lebih dalam, Selain itu, lemahnya kemampuan mengendalikan lisan sehingga yang diucapkan hanya keburukan, maka hal itu menunjukkan kotornya pikiran dan kendali atau kontrol diri. Remaja yang lemah kemampuan berkata baik tidak dapat berpikir terlebih dahulu tentang baik-buruk, merugikan atau tidak dari ucapannya tersebut. Hal yang dipikirkannya hanya bagaimana ia mendapatkan kepuasan untuk melampiaskan keinginannya mengumbar segala ucapan keburukan. Jika demikian yang terjadi, maka semua perilakunya dapat menggerus kebaikan dalam persahabatan dan memicu pertengkaran dalam pertemanan.

Aspek *Keempat* adalah tidak sombong. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan diri dari sombong dan riya atau ingin mendapatkan pujian dari orang lain. Berdasarkan Grafik 4.8, aspek tidak sombong ini berada

pada status rendah. Dengan kata lain dalam status rendahnya, siswa Kelas Agama B tidak dapat menahan diri untuk tidak sombong dan riya.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk tidak sombong ditemukan pada satau item valid dalam instrumen pengumpul data, yaitu sering menceritakan kelebihan-kelebihan diri kepada orang lain. Remaja yang status rendah dalam hal tidak sombong akan cenderung menganggap rendah orang lain dan beranggapan dirinya sempurna segala-galanya lalu menggambarkan orang lain rendah, meremehkannya dan menganggap orang lain itu tidak pantas mendapatkan apa yang sudah didapatkannya. Lebih dari itu, ucapan sombong adalah ucapan yang menolak kebenaran dari orang lain. Ucapan sombong adalah ucapan yang membanggakan dirinya sendiri dan memandang dirinya lebih utama dari orang lain. Kemampuan remaja untuk menahan diri dari mengucapkan ucapan kesombongan dapat menghindari konflik dengan yang lain.

Aspek *Kelima* adalah tidak ghibah. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan diri dari menggunjing keburukan orang lain. Berdasarkan Grafik. 4.8, aspek ini berada pada status rendah. Berdasarkan pada data ini dapat dipahami bahwa kemampuan siswa dan siswi Kelas Agama A tidak mampu untuk menahan diri agar tidak menggunjing keburukan orang lain.

Indikator-indikator ketidakmampuan untuk tidak ghibah ditemukan pada beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data, antara lain:

a. Sering menceritakan keburukan guru yang tidak disukai kepada guru lain.
b. Sering menceritakan keburukan orang tua kepada sembarangan orang.

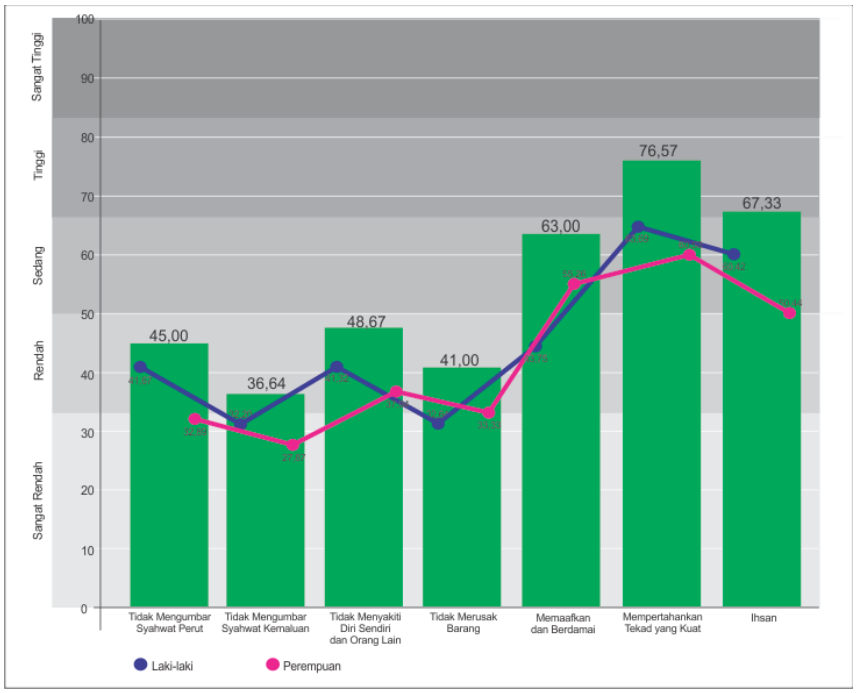
Rendahnya status aspek tidak ghibah atau menggunjing keburukan orang yang diketahui oleh seseorang secara psikologis berada dalam perasaan penuh kebenciaan dan ketidaksukaan terhadap pihak yang digunjing. Ia berusaha menebarkan kebencian dan ketidaksukaannya kepada teman-temannya yang awalnya tidak mengetahui tentang orang yang menjadi objek gunjingan tersebut. Menggunjing keburukan orang lain sama dengan menyebarkan keburukan.

Tersebarluasnya keburukan dalam hubungan sosial antar remaja, tidak lepas dari semakin banyaknya orang yang terlibat untuk memperbincangkan keburukan tersebut. Ghibah atau menggunjing keburukan orang lain sama dengan

menyebarluaskan keburukan terluas. Dalam pepatah Sunda, perilaku seperti ini juga dianggap sebagai sesuatu yang tercela secara etika. Diungkapkan dalam sebuah peribahasa, "*Anu burung diangklungan, anu gelo didogdogan, anu edan dikendangan*. " Maksud dari peribahsa ini adalah mengiyakan orang yang banyak bicara sebagai bahan olok-olokan sehingga keburukan dan perselisihan antara sesama menjadi tersebar luas.

8. Gambaran Status Dimensi Sabar Jawarih pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Gambaran status dimensi Sabar Jawarih pada siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 disajikan dalam Grafik. 4.9. Pada dimensi ini terdapat tujuh aspek, antara lain: *Pertama*, aspek tidak mengumbar syahwat perut. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan gejolak syahwat yang mendorong perilaku konsumsi makanan dan minuman yang dilarang agama.



Grafik 4.9
Status Dimensi Sabar Jawarih pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Berdasarkan Grafik 4.9, aspek tidak mengumbar syahwat Perut berada pada status rendah. Status ini dapat dipahami bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B belum mampu menahan gejolak syahwat yang mendorong perilaku konsumsi makanan dan minuman yang dilarang agama. Syahwat perut yang tidak terkendali dapat menimbulkan banyak keburukan. Rasulullah SAW sendiri telah memberikan bimbingan kepada manusia agar menjaga hasrat memenuhi isi perut sehingga berlebihan dan melanggar etika untuk mendapatkannya.

Indikator-indikator perilaku tidak sabar yang ditemukan berdasarkan item-tem valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering "*darmaji*", yaitu "*dahar lima ngaku hiji*", artinya mengambil lima jenis makanan tapi mengaku atau membayar satu jenis saja.
b. Sering mencicipi sedikit minuman beralkohol (miras) yang ditawarkan teman saat kamping dengan alasan sekadar untuk penghangat badan. Alasan lainnya adalah untuk menjaga kesetiakawanan.
c. Sering merokok, tidak mampu untuk menahan keinginan merokok.
d. Sering tidak memperhatikan label halal dalam makanan. Prinsipnya yang penting enak.

Jika perilaku-perilaku dalam aspek mengumbar syahwat perut ini tetap rendah, maka dikhawatirkan remaja menjadi semakin lemah di masa yang akan datang. Kebiasaan untuk tidak dapat menahan gejolak syahwat untuk memenuhi keinginan perut dikhawatirkan akan telah menimbulkan hal-hal yang melanggar etika dalam skala yang lebih besar. Kebiasaan "*darmaji*" sangat mungkin menjadi perilaku korupsi. Kebiasaan rokok dan miras sangat mungkin menjadi gerbang bagi untuk terjerumus pada narkoba.

Aspek *Kedua* adalah tidak mengumbar syahwat kemaluan. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan gejolak syahwat yang mendorong perilaku seksual yang dilarang agama. Berdasarkan Grafik 4.9, aspek tidak mengumbar syahwat kemaluan berada pada batas bawah status rendah. Dengan kata lain, jika mengukur intensitas dalam rata-rata kelas, siswa dan siswi Kelas Agama B sangat sering tidak mampu menahan gejolak syahwat kemaluan yang mendorong perilaku seksual yang dilarang agama.

Indikator-indikator perilaku tidak sabar yang ditemukan berdasarkan item-item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering menyalurkan hasrat bercinta dan bergombal ria dengan berpacaran
b. Sering mengakses situs-situs porno.
c. Sering menyimpan gambar atau video porno di gadget.
d. Sering berfantasi seksual jika sedang menyendiri, terutama saat menjelang tidur.
e. Sering melakukan onani atau mastrubasi.
f. Sering mendengarkan dan menceritakan hal-hal yang berbau seks dan pornografi.

Indikator-indikator ketidaksabaran dalam menahan gejolak syahwat memiliki sifat *iffah*. Remaja yang memiliki *iffah,* secara transendental akan dijaga dan diselamatkan oleh Allah SWT sehingga tidak terjerumus ke dalam lembah kehinaan dan kehancuran. Jika *Iffah* tidak belum berkembang maka penjagaan diri dan pengawasan untuk mempertahankan kesucian diri pun menjadi lemah. Jika karakter *iffah* pada diri remaja lemah, maka sulit diharapkan menjadi sosok generasi masa depan bagi bangsa Indonesia.

Aspek *Ketiga* adalah tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan diri dari keinginan untuk menyakiti tubuh sendiri dan orang lain pada saat kecewa, kesal, dan marah. Berdasarkan Grafik. 4.9, aspek tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain berada pada status rendah. Status ini bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B Angkatan 2013 sangat sering tidak mampu menahan diri dari keinginan untuk menyakiti tubuh sendiri dan orang lain pada saat kecewa, kesal, dan marah.

Indikator-indikator perilaku tidak sabar yang ditemukan berdasarkan item-item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Menampar pipi sendiri ketika sedang sangat kesal/marah.
b. Mengacak-ngacak rambut ketika kecewa berat.
c. Memukul-mukul kepala.
d. Memukul orang yang objek kemarahan.

Indikator-indikator perilaku yang mudah menyakiti diri sendiri dan orang lain umumnya dialami oleh pribadi yang mudah patah semangat dan mudah menceburkan diri pada kehancuran. Jika indikator-indikator tersebut terus dibiarkan, maka dikhawatirkan akan berkembang pada tindak kekerasan yang berskala besar, seperti radikal atau meneror, bahkan pada tingkat menghilangkan nyawa orang lain, baik personal maupun komunal.

Aspek *Keempat* adalah tidak merusak barang. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk menahan gejolak untuk merusak benda pada saat marah. Berdasarkan Grafik 4.9, aspek tidak merusak barang berada pada status rendah. Dengan kata lain, dapat dipahami bahwa, siswa-siswi Kelas Agama B Angkatan 2013 sering tidak mampu menahan gejolak untuk merusak barang saat marah.

Indikator-indikator perilaku tidak mampu menahan gejolak untuk merusak barang yang ditemukan berdasarkan item-item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering memukul-mukul dan merusak bangku di kelas.
b. Sering merobek-robek baju ketika melampiaskan kekecewaan.

Kedua indikator perilaku destruktif tersebut termasuk tindakan merusak, memusnahakan, atau menghancurkan benda yang menimbulkan rasa ketakutan juga kepada orang-orang di sekitarnya. Jika perilaku ini dibiarkan berkembang, amka remaja akan memberi ketegangan pada lingkungannya di manapun dan kapan pun ia berada. Generasi seperti ini akan sulit hidup berdampingan dengan yang lainnya dengan penuh ketenangan dan kenyamanan.

Aspek *Kelima* adalah memaafkan dan berdamai. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk memaafkan dan berdamai kepada orang yang telah menyakiti. Berdasarkan Grafik 4.9, kemampuan untuk memaafkan dan berdamai berada pada status rendah. Indikator-indikator karakter sabar dengan mudah memaafkan dan berdamai yang ditemukan hanya satu item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, yaitu mau memaafkan siapapun yang telah menyakiti dirinya. Jika karakter ini berstatus rendah, maka potensi konflik dalam lingkungannya menjadi sangat terbuka.

Aspek *Keenam* adalah mempertahankan tekad yang kuat. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan tekad yang kuat dalam kebaikan demi mendapatkan apa yang diinginkan. Berdasarkan Grafik 4.9, aspek ini berada pada status rendah. Merujuk pada status ini, dapat dipahami bahwa belum mampu untuk mempertahankan tekad.

Indikator-indikator ketidaksabaran dalam mempertahakan tekad yang kuat yang ditemukan hanya satu item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering tidak berupaya keras serta meminta kemudahan kepada Allah.
b. Sering tidak shalat tepat waktu.
c. Sering tidak beritikaf.
d. Sering tidak shalat tahajjud.
e. Sering tidak shaum/puasa sunnah.

Indikator-indikator tersebut merupakan tolak ukur ukur untuk menakar kesungguhan dan tekad yang kuat. Indiaktor upaya keras dan shalat tepat waktu saja, sebenarnya dapat dijadikan ukuran kekuatan tekad. Keduanya merupakan hal yang lazim dipahami dan diamalkan oleh setiap orang yang mengaku muslim. Adapun beritikaf, shalat tahajjud, dan shaum atau puasa sunnah sebenarnya termasuk amalan berat bagi keumuman muslim. Rendahnya status mempertahankan tekad yang kuat dikhawatirkan tidak mampu untuk mempertahankan ritme dalam segala aktivitas keseharian. Padahal, stabilitas semangat dan motivasi sangat dibutuhkan untuk menyongsong masa depan.

Aspek *Ketujuh* adalah ihsan. Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan untuk bertindak benar karena merasa Allah ada dan mengetahui tindakannya. Remaja bertindak benar karena merasa Allah ada dan mengetahui tindakannya. Berdasarkan Grafik 4.9, status aspek ihsan berada pada status rendah. Merujuk pada data tersebut dapat dipahami bahwa siswa dan siswi Kelas Agama B Angkatan 2013 belum bertindak atas keyakinan bahwa Allah ada dan mengetahui tindakannya.

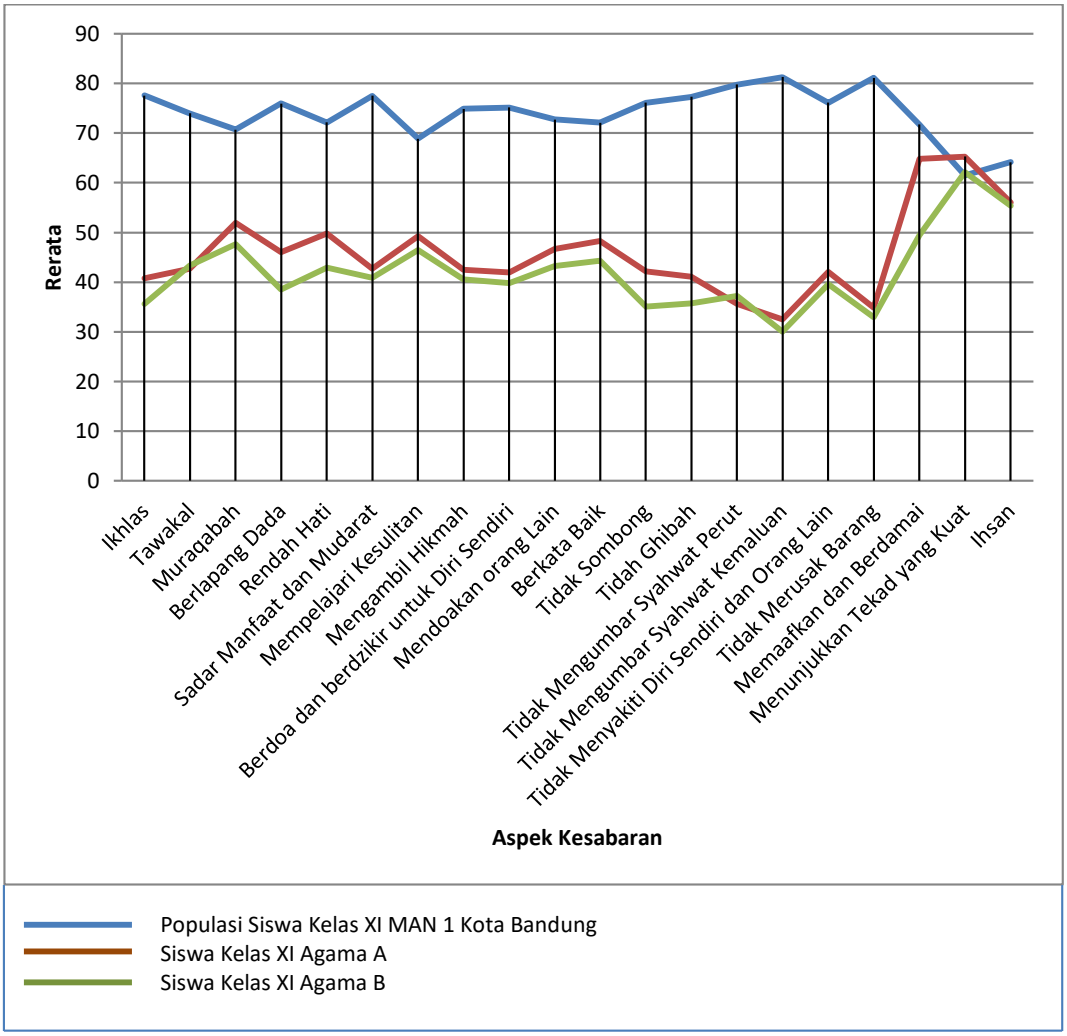
Indikator-indikator ketidaksabaran sehingga tidak mampu berperilaku ihsan, ditemukan dalam beberapa item valid dalam instrumen pengumpul data status kesabaran, antara lain:

a. Sering menyontek dalam ulangan/ujian karena merasa tidak ada yang melihat.
b. Sering tidak menolak contekan karena sedang butuh bantuan jawaban.
c. Sering beramal kebaikan jika ada orang lain yang memperhatikan dan diharapkan pujiannya.

B. Gambaran Situasi Kesabaran yang Berat bagi Remaja pada Siswa Kelas Agama B Angkatan 2013

Gambaran situasi kesabaran yang dirasakan berat oleh remaja tentunya akan merujuk pada status-status kesabaran yang terendah pada setiap dimensi dan aspeknya. Berdasarkan pengumpulan dan pengolahan data tentang status kesabaran remaja, maka diperoleh beberapa aspek yang mengindikasikan terjadinya situasi kesabaran yang berat. Mengacu pada Grafik 4.10, Kelas Agama B adalah dua kelas yang skor rata-rata untuk status kesabaran kelas dengan semua dimensi dan aspeknya berada pada status rendah bahkan sebagian sangat rendah. Tentunya, situasi yang sulit untuk bersabar berada pada area mereka.

Sebagaimana telah dijelaskan tentang metode dan prosedur penelitian, bahwa penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *mix method* atau metode campuran. Melalui pendekatan ini, data tidak hanya dianalis secara parsial dengan satu pendekatan kuantitatif saja tetapi didalami melalui pendekatan kualitatif. Data kuantitatif ditriangulasi melalui teknik-teknik pengumpulan dan analisis data kualitatif. Demi kepentingan pendalaman data secara kualitatif, Kelas XI Agama B yang merupakan kelas terendah dalam status kesabaran telah ditetapkan menjadi kelas partisipan untuk diberikan perlakuan untuk mengembangkan kemampuan untuk bersabar dalam menghadapi situasi yang berat. Oleh sebab itu, data-data yang dibutuhkan untuk menganalisa situasi-situasi yang berat diambil dari status-status kesabaran siswa dan siswi Kelas XI Agama B.



Grafik 4.10
Status Aspek-aspek Kesabaran Remaja pada
Siswa Kelas Agama B dalam Totalitas Status Aspek-aspek
Kesabaran Siswa MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013

Berdasarkan Grafik 4.10, semua aspek kesabaran remaja pada siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 berada dalam status rendah. Situasi berat diduga berada pada status-status tersebut. Dengan kata lain, semua dimensi dan aspek-aspeknya, bagi remaja pada siswa dan siswi Kelas Agama B Angkatan 2013 mengandung situasi yang sulit.

Mempertimbangkan segala hal yang berkaitan dengan fokus pada kedalaman analisa data, tidak semua aspek dianalisa. Fokus analisa hanya diarahkan pada beberapa aspek yang digabungkan dalam lima rumpun yang di

dalamnya terdapat situasi yang berat untuk bersabar. Kelima rumpun tersebut, sebagaimana diurutkan dari yang paling berat adalah sebagai berikut: (a) gelora syahwat birahi; (b) amarah destruktif; (c) riya dan kesombongan; (d) tidak ikhlas niat dan dan lemah tekad; dan (e) menggunjing keburukan orang lain.

1. Mengontrol Hasrat Seksual

Bagi siswa dan siswi Kelas XI Agama B, menahan godaan syahwat yang mendorong perilaku seksual yang dilarang oleh agama merupakan situasi yang membutuhkan kesabaran yang berat. Berdasarkan analisa terhadap 11 stimulus yang disajikan dalam instrumen pengumpul data kesabaran, hanya satu pernyataan yang tidak valid. Sepuluh stimulus sisanya adalah valid atau sahih mengukur apa yang seharusnya diukur.

Merujuk pada respon yang diberikan oleh responden, maka beberapa perilaku mengumbar syahwat kemaluan yang terindikasi dilakukan, antara lain: 1) menyalurkan hasrat bercinta melalui pacaran; 2) bergombal ria dengan pacar; 3) rela mengorbankan kehormatan demi pacar; 4) mengakses situs porno; 5) mengoleksi gambar dan film porno di *gadget*; 6) berfantasi seksual ketika menjelang tidur; 7) melakukan onani/masturbasi; 8) membaca cerita berbau seks; 9) mendengar cerita berbau seks; dan 10) mengobrolkan hal-hal yang berbau seks/porno dengan teman.

Demi menjamin keakuratan temuan data melalui instrumen pengumpul data ini, proses triangulasi dilakukan dengan beberapa teknik pengumpulan data kualitatif. Cara pertama adalah dengan observasi di kelas, di ruang bimbingan kelompok, dan di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil satu kali observasi di kelas dan enam kali observasi di ruang BK selama bimbingan klasikal kedua sampai dengan ketujuh (OBS. 1.12.15), ditemukan beberapa perilaku, antara lain: 1) siswa dan siswi yang lesehan berdampingan di ruang bimbingan kelompok yang hanya berukuran 5x5 m^2 nampak tidak canggung duduk lesehan duduk merapat; 2) siswa dan siswi yang duduk berdampingan tidak canggung saling sentuh (Sunda: *tepak-toel*); 3) siswa dan siswi terbiasa bersalaman dengan guru

dan mencium tangan, tak terkecuali siswa ke guru perempuan dan siswi ke guru laki-laki.

Fenomena seperti ini sempat dikonfirmasi kepada Ibu IS, konselor muda ketika dirinya disalami para siswa laki-laki dan dicium tangannya. Secara usia, konselor tersebut dengan hanya terpaut 5 atau 6 tahun. Konselor tersebut menjelaskan bahwa dirinya sadar hal ini tidak sesuai dengan ajaran Islam karena walaupun guru dan murid tetapi mereka tetap terhalangi status bukan mahram. Tetapi dirinya tidak bisa menghindari atau mengoreksi karena hal tersebut sudah menjadi kebiasaan dan termasuk bagian dari tatakrama siswa kepada guru (OBS. 2.12.16; INT. 6.11.15).

Cara kedua adalah dengan wawancara dengan beberapa orang siswa dan siswi. Wawancara untuk mengkonfirmasi temuan tentang fenomena pacaran Dilakukan kepada DRU, salah seorang siswi yang terindikasi memiliki pacar. Informasinya yang didapatkan bahwa dirinya hanya ditaksir oleh teman sekelas saja dan teman tersebut suka perhatian kepada dirinya (INT.7.1.16).

Wawancara selanjutnya dengan AHN, siswa yang dituakan di kelas. Informasi yang didapatkan bahwa: 1) teman-temannya hampir semua punya pacar, baik yang berpacaran dengan teman sekelas atau dengan yang luar kelas atau luar sekolah; 2) hanya lima orang siswi dan satu orang siswa yang "menjomlo" dengan alasan konsisiten tidak mau pacaran; 3) GMI memang berpacaran dengan HRI, AAT dengan QAN yang masih teman sekelasnya; 4) tidak pernah terlihat teman-temannya yang berpacaran menunjukkan kemesraaan di sekolah; 5) pacaran dilakukan saat pulang sekolah; 6) pegangan tangan dianggap wajar dan biasa; 7) berboncengan dan pelukan pinggang saat dibonceng dianggap wajar; 8) teman laki-laki sekelas pernah melihat gambar dan film porno; 9) teman perempuan tidak diketahui; 10) dua orang temannya kolektor gambar dan film porno, seorang menyimpannya di *gadget* yang di-*password* dan seorang lagi disimpan *netbook*-nya; 11) teman laki-laki di kelas biasa berbicara "*cawokah*" atau "*jorang*" dan ceplas-ceplos soal yang porno-porno ketika tidak ada guru; 12) salah satu guyon teman laki-laki adalah memotret dari belakang jika ada teman

perempun yang kebetulan sedang menungging untuk mengambil sesuatu lalu menjadi bahan bercanda (INT.8.2.16).

Informasi dari AHN dikonfirmasi kepada beberapa nama yang disebut. GMI memang mengakui siap menikah jika ada ikhwan yang meminangnya (INT.9.2.16). Sedang AAN dan QAN ternyata tidak berpacaran. AAN bertepuk sebelah tangan. QAN memang pernah berpacaran dengan yang lain, bukan dengan AAN (INT.10.2.16). Adapun AAN pernah pacaran juga tapi bukan dengan QAN. Berkaitan dengan pacaran, AAN mengaku bahwa pacaran sering menimbulkan situasi yang berat bagi dirinya. AAN sulit bersabar untuk menahan syahwat apalagi jika sudah berduan dan saling berpegangan tangan (INT.11.2.16).

Cara ketiga yang dilakukan adalah analisa material *artefact* ditemukan dalam status LINE tiga orang, satu orang siswi dan satu orang siswa. Siswi yang teridentifikasi GI dalam statusnya meng-*upload* gambar siluet dirinya sedang berpelukan di pantai dengan seorang pria yang juga siluet (DOC.2.02.16). Selain itu, ditemukan dalam status Facebook GMI, penanda "♥*engaged*" (tunangan) dengan HRI, yaitu teman sekelasnya. Demikian juga dalam status HRI, penanda "♥*engaged*" juga ditunjukkan untu GMI (DOC.3.02.16). *Artefact* ini menguatkan informasi hasil wawancara sebelumnya. Sedangkan siswa yang teridentifikasi FAN dalam statusnya meng-*upload* foto seorang gadis yang teridentifikasi sebagai pacarnya (DOC.4.11.15).

Berdasarkan analisa dari jurnal-jurnal yang diisi oleh partisipan/konseli dapat dirangkum beberapa situasi yang dirasakan berat untuk bersabar dalam mengendalikan gelora syahwat birahi remaja, antara lain:

1) berduaan di tempat sepi saat berpacaran;
2) digombali oleh seseorang pacar;
3) berboncengan di motor berdua dengan pacar;
4) melamunkan hal-hal berbau seksual menjelang tidur;
5) melamunkan pernikahan;
6) digombali pacar via pesan singkat;
7) berselancar di dunia maya dalam kondisi privat/menyendiri;
8) melamunkan hal-hal seksual saat di jamban;

9) meraba kemaluan sendiri atau bagian-bagian tubuh yang merangsang birahi;
10) tidur telugkup bagi laki-laki;
11) fantasi seksual saat melihat gambar atau video yang membuka aurat lawan jenis di iklan media massa.
12) memandangi lawan jenis di kelas atau di luar kelas;
13) berfantasi saat laki-laki berada di belakang perempuan.

2. Mengontrol Amarah Destruktif

Berdasarkan respon yang diberikan oleh siswa-siswi Kelas XI Agama B pada instrumen untuk mengumpulkan data status kesabaran remaja, teridentifikasi beberapa perilaku destruktif yang dirasakan sebagai situasi yang berat untuk bersabar. Situasi-situasi tersebut adalah: 1) menendang dan atau memukul beja dan kursi; 2) merobek baju; 3) melempar buku; 4) mengacak-acak rambut; 5) memukul-mukul kepala; dan 6) membentur-benturkan kepala ke tembok.

Temuan data dari respon terhadap instrumen pengumpul data kesabaran remaja ini ditriangulasi dengan beberapa siswa melalui wawancara. AAN memberikan informasi tentang perilaku destruktif di kelas, yaitu: 1) menendang kursi; 2) memukul bangku; 3) melempar buku; dan 4) mengacak-acak rambut; Semua perilaku tersebut terjadi karena kecewa terhadap hasil ulangan atau ujian (INT.12.2.16). Hasil wawancara terhadap FAN yang memberikan tambahan informasi, yaitu menantang dan memukul orang lain (INT.13.11.15). FAN melakukannya di rumah dan di lingkungan *gank*-nya. Berdasarkan pengamatan di sekolah, FAN nampak anak pendiam dan sering ngantuk di kelas (OBS.2.10.15).

Berdasarkan analisa dari jurnal-jurnal yang diisi oleh partisipan/konseli dapat dirangkum beberapa situasi yang dirasakan berat untuk bersabar dalam mengendalikan amarah destruktif, antara lain:

1) dimarahi oleh anggota keluarga/kakak atau adik menjengkelkan
2) cemburu;
3) diganggu teman pada saat sedang serius;
4) menghadapi pembicaraan yang tidak baik dari orang lain tentang diri kita;
5) saat berpendapat lalu ditentang oleh yang lain.

3. Mengontrol Hasrat Dipuji dan Kesombongan

Berdasarkan respon yang diberikan oleh siswa-siswi Kelas XI Agama B pada instrumen untuk mengumpulkan data status kesabaran remaja, teridentifikasi beberapa perilaku riya dan kesombongan yang dirasakan sebagai situasi yang berat untuk bersabar. Situasi-situasi tersebut antara lain: 1) menceritakan kelebihan-kelebihan diri kepada orang lain; 2) memuji diri sendiri di depan cermin; 3) meng-*upload* foto-foto *selfie* di media sosial; dan 4) berhasrat dipuji orang lain.

Temuan data dari respon terhadap instrumen pengumpul data kesabaran remaja ini ditriangulasi dengan beberapa siswa melalui wawancara dan analisa *artifact*. Berdasarkan hasil wawancara dengan DE, ia mengaku memang merasa paling pandai dalam Matematika dan Bahasa Inggris. Ia juga bangga kalau teman-temannya bertanya kepadanya. Ia mengaku bahwa teman-teman suka iri kepadanya bahkan ada yang menantang untuk menjadi yang terbaik. Ia mengaku menerima tantangan tersebut (INT.14.1.16). Berikutnya adalah SAA, ia adalah langganan ranking pertama di kelas sejak kelas IX. Ia merasa tidak nyaman jika ada temannya yang nilainya mendekati nilai raihannya. Ia suka merasa takut jika suatu saat ada temannya yang lebih baik darinya (INT.15.12.15).

Berikutnya adalah UL. Ia mengaku anak yang sangat manja di keluarga. Ia begitu bangga berada di tengah keluarga yang cerdas dan sangat memperhatikan dirinya. Tapi ia sangat khawatir tidak bisa memenuhi harapan keluarga untuk berprestasi (INT.16.12.15). Berikutnya dengan FAN, di balik sosok pendiam dan sering mengantuk di kelas, FA merasa bahwa ia adalah sosok yang sangat baik kepada teman-teman *gank*-nya. Tanpa dirinya teman-teman gank-nya tidak akan bisa apa-apa karena mereka sangat tergantung kepada dirinya. Ia juga merasa sebagai pembela terdepan kalau ada yang menghina keluarganya. (INT.17.12.15).

Selain melalui wawancara, triangulasi dilakukan dengan melakukan analisa terhadap status FB. Beberapa siswa yang memposting foto selfie dengan ragam gaya adalah GMI (DOC.5.2.16), HRI (DOC.6.2.16), AN (DOC.7.2.16), KAI (DOC.8.2.16), QAN (DOC.9.2.16), SAA (DOC.10.2.16), DRU (DOC.11.2.16), AAN (DOC.12.2.16), MJA (DOC.13.2.16), dan RI

(DOC.14.2.16). Berdasarkan analisa terhadap status FB, GMI dan KAI adalah dua orang siswi yang paling banyak meng-*upload* berbagai foto *selfie* dengan berbagai ragam gaya.

Berdasarkan analisa dari jurnal-jurnal yang diisi oleh partisipan/konseli dapat dirangkum beberapa situasi yang dirasakan berat untuk bersabar dalam mengendalikan keinginan riya dan kesombongan, antara lain:

1) mendapat pujian atau sanjungan;
2) nilai lebih tinggi dari yang lain.

4. Menjaga Tekad

Berdasarkan respon yang diberikan oleh siswa-siswi Kelas XI Agama B pada instrumen pengumpul data status kesabaran remaja, teridentifikasi beberapa perilaku tidak ikhlas dan lemah tekad yang dirasakan sebagai situasi yang berat untuk bersabar. Situasi-situasi tersebut antara lain: 1) mempercayai bahwa ruh "karuhun" atau nenek moyang yang sudah meninggal dapat membantu saat ujian; 2) mempercayai bahwa azimat dapat membantu menjadi lebih cerdas dan dikagumi oleh orang lain; 3) merasa ibadah sebagai beban; 4) kesal ketika imam bacaannya terlalu panjang; 5) kurang yakin Allah akan memudahkan urusan; 6) tidak semangat salat malam; 7) kurang yakin bahwa hasil akan sesuai dengan usaha; dan 8) kurang semangat untuk shaum Senin dan Kamis.

Temuan data dari respon terhadap instrumen pengumpul data kesabaran remaja ini ditriangulasi dengan beberapa siswa dan sisiwi melalui wawancara dan observasi. Berdasarkan hasil wawancara dengan AAN bahwa dalam segala amal kebaikan atau amal shalih, dirinya merasa sulit untuk memurnikan niat ibadah hanya untuk Allah saja. Selalu tidak saja ada tujuan yang lain (INT.18.2.16). Berikutnya wawancara dengan QU yang juga menjelaskan bahwa meluruskan niat dalam ibadah sangat susah. Ia pernah merasa terganggu oleh makhlus halus dalam tidurnya. Sulit mengatasi makhlus halus. (INT.19.11.15). Berikutnya adalah wawancara dengan DE yang merasa bahwa usaha dirinya yang memberikan pengaruh kepada hasil yang didapatkan (INT.20.2.16). Berikutnya wawancara dengan RF yang mempercayai tentang kekuatan azimat (INT.21.2.16).

Berdasarkan analisa dari jurnal-jurnal yang diisi oleh partisipan/konseli dapat dirangkum beberapa situasi yang dirasakan berat untuk bersabar dalam mengendalikan ketidakikhlasan dan lemah tekad, antara lain:

1) kehilangan orang yang disayangi;
2) menunggu seseorang yang sudah berjanji;
3) ditegur atau dianggap salah (disalahkan) oleh orang tua/orang lain padahal tidak punya kesalahan;
4) guru tidak masuk mengajar;
5) menghadapi materi pelajaran yang silit atau soal ujian yang sulit;
6) saat berpendapat lalu ditentang oleh yang lain;
7) dikucilkan oleh teman;
8) keinginan tidak dikabulkan oleh orang tua;
9) dikhianati teman yang dipercaya.

5. Mengontrol Hasrat Menggosip

Berdasarkan respon yang diberikan oleh siswa-siswi Kelas XI Agama B pada instrumen untuk mengumpulkan data status kesabaran remaja, teridentifikasi beberapa perilaku menggunjing keburukan orang lain yang dirasakan sebagai situasi yang berat untuk bersabar. Situasi-situasi tersebut antara lain: 1) menggunjing kejelekan teman kepada teman yang lain; 2) menceritakan guru yang tidak disukai kepada teman dan guru lain; dan 3) menceritakan keburukan orang tua kepada orang lain.

Situasi yang dihadapi oleh AAN untuk tidak menggunjing orang lain adalah pada saat ia sedang punya masalah yang belum terselesaikan dengan seseorang (INT.22.2.16). DRU sering merasa terganggu jika teman egois dan ingin menang sendiri, teman sedang marah kepada yang lain tapi melampiaskan kepada DS, atau teman menjauh dari DRU. (INT.23.2.16).

Berdasarkan analisa dari jurnal-jurnal yang diisi oleh partisipan/konseli dapat dirangkum beberapa situasi yang dirasakan berat untuk bersabar dalam mengendalikan diri dari menggunjing keburukan orang lain, antara lain:

1) menggunjing orang lain karena diri sendiri digunjing;
2) dihina atau dicaci teman;
3) dicurhati oleh teman;
4) cemburu;
5) kalah dalam persaingan.

C. Rumusan Kerangka Kerja Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran

1. Rasional

Mengembangkan karakter sabar kepada remaja yang sedang dalam masa bergejolak namun penuh potensi merupakan misi yang sangat penting. Upaya mengembangkan karakter sabar kepada remaja sama dengan memberikan sinar untuk menapaki jalan kehidupan bagi mereka. Muslim (Al-Hilaly, 1422, hlm. 80) meriwayatkan sebuah hadits yang memuat sabda Rasulullah SAW, "…*ash-shabru dhiyaa-un*." Rasulullah SAW memetaforakan sabar dengan sinar yang disertai panas (*dhiyaa-un*). Ibarat matahari, walaupun disertai terik dan panas serta mengakibatkan letih dan peluh, tetapi semua yang disinari matahari akan terlihat jelas. Peluang untuk menggapai cita-cita menjadi lebih mudah dijalani. Begitu pula dengan segala rintangan dan hal-hal yang membahayakan akan mudah dihindari dan dijauhi.

Apabila karakter sabar tumbuh berkembang, maka tidak hanya persoalan perilaku yang tidak menguntungkan dapat terkendalikan, tetapi sosok generasi masa depan yang menguntungkan juga dapat terwujudkan. Remaja yang sabar adalah remaja yang memiliki sikap tenang, simpati, toleran terhadap orang lain, mampu mengontrol diri, tidak mudah mengeluh dan marah, pekerja keras dan tahan dalam menjalankan tugas dan mengejar cita-citanya.

Dalam kancah tantangan Abad 21 (*The Challenges of 21th Century*), yaitu era globlisasi dan informasi, peran sumberdaya manusia yang berkarakter sabar sangat menentukan kualitas kehidupan masyarakat. Generasi Emas 2045 yang didambakan idealnya berkarakter sabar. Sebab, karakter sabar memenuhi keterpaduan nilai dalam pendidikan alih generasi yang menuntun bangsa ke jalan

nilai-nilai moral dan spiritual dan bertanggung jawab atas kemaslahatan masyarakat, dunia, dan lingkungan alamnya.

Sabar adalah setengah dari keimanan (Ibnul Qoyyim, Tt: hlm. 10). Sebagimana iman, kesabaran bersifat fluktuatif, kadang naik dan kadang turun. Fluktuasi kesabaran tentu dipengaruhi oleh faktor yang memiliki determinasi untuk menguatkan dan melemahkannya. Meskipun kesabaran itu berat dan tidak disenangi, tetapi memungkinkan untuk diwujudkan dan dikuatkan. Jalan untuk menguatkan (*ways of strengthening*) merupakan faktor yang diasumsikan paling berpengaruh terhadap kesabaran.

Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) menyebutkan dua faktor, yaitu ilmu (*knowledge*) dan amal (*action*). Ilmu adalah pengetahuan tentang manfaat dan keutamaan suatu perintah serta mengetahui bahaya dan keburukan suatu larangan. Sedangkan amal berkaitan dengan pengalaman (*experience*) seseorang ketika mengalami pergulatan dorongan akal dan agama melawan dorongan hawa nafsu, di mana masing-masing pihak ingin memenangkan pertarungan. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 96) selanjutnya menjelaskan bahwa Jika pengetahuan tentang dua unsur tersebut dipahami sebagaimana mestinya, maka pengetahuan tersebut akan melahirkan tekad yang benar, kekuatan jiwa yang besar, dan harkat kemanusiaan.

Pengembangan karakter sabar melalui layanan bimbingan ini dilandasi oleh konsep bahwa karakter sabar dapat ditransformasikan melalui proses pendidikan dan bimbingan. Karakter dapat dikembangkan dalam bingkai normatif. Secara nativistik, potensi sabar bersifat *thabi-i* (*naturally*) yang telah diberikan Allah pada saat menyempurnakan penciptaannya. Tetapi secara empiristik, kesabaran dapat diperoleh melalui pembelajaran dan pembiasaan. Ibnul Qoyyim (Tt, hlm. 33) menjelaskan bahwa: "*Fa lā yazālul-'abdu yatakallafut-tashabbura hatta yushīrush-shabra lahu sajiyyatan* [maka seseorang yang membiasakan diri dan melatih diri untuk bersabar, maka kelak kesabaran itu akan menjadi karakter pribadinya]." Ibnu Qoyyim (Tt, hlm. 33) menambahkan bahwa upaya transformasi (*intiqāl*) bentuk karakter tertentu pada diri manusia, bukan sesuatu yang mustahil. Tetapi disebabkan hal tertentu pula, seseorang bisa saja kembali pada tabiat semula.

2. Konsep Kunci

Tadabbur Al-Quran hakikatnya merupakan bentuk dari *Reading Scripture*. Sedangkan *Reading Scripture* merupakan wahana konseling spiritual dengan menggunakan kata-kata Tuhan. Tadabbaur Al-Quran adalah wahana untuk membaca, merenungkan dan mencermati ayat-ayat Al-Quran dengan tujuan untuk mengetahui dan memahami makna-makna, hikmah-hikmah, serta maksudnya. Melalui pemahaman makna, hikmah, dan maksud ayat-ayat dalam Al-Quran diyakini akan menjadi *wasilatul-ilaj* (media atau cara terapi) untuk perbaikan diri, kebersihan hati, dan penjagaan diri dari segala kemelut hidup.

Tadabbur Al-Quran merupakan cara berkontemplasi melalui ayat-ayat Al-Quran dengan tujuan terbangunnya integritas diri yang dapat mendorong manusia menuju puncak kemuliaaan, kesempurnaan, dan kebahagiaan dalam hidupnya. Integritas diri merupakan dorongan yang paling bermakna dalam diri manusia karena akan membawa manusia ke arah perbaikan dan penyempurnaan diri. Melalui dorongan integritas diri memungkinkan manusia memiliki kesadaran akan alternatif tindakan, melihat keputusan yang diambil sebagai perwujudan dari kebebasan diri, dan bukan sebagai perilaku mekanistik. Integritas diri juga mengarahkan pada pengembangan mental yang sehat.

Keseluruhan isi Al-Quran berkaitan dengan manusia dan perilakunya. Al-Quran juga berbicara tentang bagaimana pengem-bangan karakter mulia dan langsung memberikan bimbingan langsung tentang pengembangan tersebut, termasuk karakter sabar. Sebagai Kalamullah, Al-Quran memiliki kekuatan untuk mempengaruhi manusia mengembangkan karakter sabar.

Sabar merupakan konsep Ilahiyah. Allah menempatkan tema kesabaran dalam Al-Quran dengan berbagai derivasi kata yang disebut secara berulang dalam seratus dua kali penyebutan. Pengulangan dalam bentuk kata asal (*mashdar/ infinitive*) sabar diulang delapan belas kali. Pengulangan dalam bentuk kata perintah (*fi'il amr*/*imperative*) sebanyak tiga puluh kali. Sisanya adalah pengulangan dalam bentuk kata (*shighat*) lainnya. Intinya, Al-Quran telah memberikan arahan , navigasi, serta bimbingan untuk pengembangan karakter sabar.

Secara nativistik, potensi kesabaran bersifat *thabi-i* (*naturally*) yang telah diberikan Allah pada saat menyempurnakan penciptaan manusia. Tetapi, secara empiristik kesabaran dapat diperoleh melalui pembelajaran dan kebiasaan lalu berwujud karakter pribadinya. Selain pembelajaran dan pembiasaan, upaya tranformasi (*intiqāl*) dapat dilakukan melalui proses bimbingan dan konseling.

Kesabaran merupakan setengahnya keimanan. Fluktuasi keimanan turut berpengaruh terhadap kuat dan lemahnya kesabaran. Proses bimbingan dan konseling yang dianggap tepat untuk mengembangkan kesabaran adalah wahana bimbingan dan konseling yang terintegrasi dengan pendekatan yang bersifat Ilahiyah juga. Salah satunya melalui pendekatan Tadabbur Al-Quran.

3. Tujuan

Tujuan umum dari Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran ini adalah agar remaja mampu mengontrol diri, bersikap tenang, simpati, toleran terhadap orang lain, tidak mudah mengeluh dan marah, tahan menghadapi cobaan dan godaan, tekun dalam menjalankan tugas belajar, serta mampu bekerja keras dalam menggapai cita-citanya.

Secara khusus, tujuan dari Bimbingan dengan Pendekatan *Tadabbur* Al-Quran adalah agar siswa remaja mampu:

a. mengimani esensi kehidupan dan hakikat semua kejadian yang menimpa dirinya dalam kehidupan;
b. meyakini manfaat kesabaran;
c. menyadari kekuatan kesabaran sangat tergantung pada fluktuasi kualitas keimanan;
d. menerima kenyataan bahwa proses untuk bersabar itu tidak mengenakkan;
e. menunjukkan kesiapan untuk bersabar walaupun sangat berat dan meletihkan;
f. mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan;
g. menahan gejolak pada pada hentakkan pertama;
h. mengendalikan kemarahan;
i. bersahabat dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan yang dapat menguatkan kesabaran;

j. berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT;
k. mewakilkan urusan pada kekuasaan Allah SWT.

4. Strategi

Mempertimbangkan bahwa sabar merupakan karakter yang sangat mendasar dan selayaknya dimiliki oleh setiap individu, maka bidang layanan yang tepat untuk membantu pengembangan karakter sabar adalah layanan pribadi melalui komponen program layanan dasar. Adapun strategi yang memungkinkan untuk melayani jumlah individu yang banyak adalah melalui layanan bimbingan klasikal atau layanan bimbingan kelompok dalam *setting* kelas (Permendikbud, Nomor: 111 Tahun 2014, Pasal 6 (1), (2) dan Pasal 7 (1), (2); Depdikbub, 2008, hlm. 207-208; Nurihsan, 2005, hlm. 27-32; Tan, 2004, hlm. 6-18).

Bimbingan klasikal merupakan cara yang efektif bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor dalam memberikan informasi dan atau orientasi kepada siswa dan dapat digunakan sebagai layanan preventif. (Committee for Children, 1992; Akos, 2007; Gerler & Anderson, 1986; Lapan, Gysbers, Hugley & Arni, 1993; dalam Farozin, 2012, hlm. 145-147). Selanjutnya, model bimbingan klasikal secara empirik juga efektif untuk meningkatkan motivasi intrinsik. Melalui treatmen dengan materi yang disusun dalam satuan layanan, sejumlah pokok bahasan dan dilaksanakan dalam *setting* kelas menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap motivasi belajar (Farozin, 2012, hlm. 154).

Tujuan akhir dari *Tadabbur Al-Quran* memiliki kesesuaian dengan konsep dan strategi bimbingan dan konseling secara umum dan bimbingan klasikal secara khusus. Strategi bimbingan klasikal dalam layanan dasar bertujuan untuk membantu semua konseli agar memperoleh perkembangan yang normal, memiliki mental yang sehat, memperoleh keterampilan dasar hidup, dan mencapai tugas-tugas perkembangan (Depdikbud, 2008, hlm. 208).

Al-Lahim (1420, hlm. 10-13) menyebutkan sepuluh kunci Tadabbur Al-Quran. Berdasarkan hasil penelaahan, terdapat enam kunci yang memungkinkan diintegrasikan dalam proses bimbingan klasikal. Keenam kunci tersebut, antara lain: (1) *Qalbun* (hati), (2) *Ahdaf wa Ahammiyah* (menghadirkan tujuan dan

urgensi); (3) *Tikrar* (mengulang-ulang bacaan), (4) *Tartil* (membaca dengan bagus sesuai kaidah), (5) *Jahr* (menyaringkan suara bacaan), dan (6) *Rabth* (mengaitkan lafadz dan makna ayat-ayat Al-Quran dengan realita kehidupan sehari-hari). Keenam kunci inilah yang diintegrasikan dalam bimbingan klasikal. Adapun ayat-ayat yang akan ditadabburi adalah ayat-ayat berkaitan tentang kesabaran.

Secara praktis, integrasi Tadabbur Al-Quran dengan Bimbingan Klasikal akan mengadaptasi beberapa metode dan teknik. Metode yang akan digunakan adalah Metode Pembelajaran (*Teaching Method*). Smith (2000, hlm. 60) menjelaskan bahwa pengembangan spiritual melalui metode pembelajaran, *"…is not a set of ideas dressed up for practical service. It is rather the fruit of interaction between a set of beliefs (coherent or drawn from conflicting sources), personal qualities, goals, etc*." Adapun tahapan dalam *Teaching Method* tersebut mengadaptasi mekanisme *Classroom Meeting* dengan basis teori Terapi Realita dari William Glasser (Joyce & Weil, 1980, hlm. 210). Pertimbangannya karena karakter sabar akan nampak dalam realita kehidupan yang dialami oleh individu dalam interaksi sosial.

Sintaksis *Classroom Meeting* yang dimaksud adalah: (1) membangun iklim/suasana keterlibatan siswa (*establishing a climate of involvement*); (2) mengekspos masalah yang akan didiskusikan (*exposing the problem for discussion*); (3) membuat pertimbangan terhadap nilai yang dianut setiap pribadi (*making a personal value judgment*); (4) mengidentifikasi alternatif tindakan yang sesuai (*identifying alternative courses of action*); (5) membuat komitmen (*making commitment*); dan (6) tindak lanjut perilaku (*behavioral follow-up*).

Selanjutnya, teknik yang digunakan untuk memasukkan materi-materi Tadabbur Al-Quran adalah teknik *rift* (celah). Teknik ini diadaptasi dari konsep teori *countertransference*. Keyakinan klien terhadap nilai-nilai ketuhanan berada dalam keadaan ketergantung (*dependence*) pada konselor. Kondisi ini membuka celah bagi konselor untuk memberikan pengaruh. Hagedorn (2005, hlm. 65) bahwa "*…the belief that counselors would unconsciously impose their values and beliefs onto clients*." Konselor dapat memberikan intervensi melalui Tadabbur Al-Quran di sela-sela penggalian melalui *sharing discuss* tentang pengalaman

spiritual, keyakinan, tanggung jawab konseli terkait dengan dilema hidup yang menuntut kesabaran.

Adapun bahasa yang digunakan dalam proses bimbingan klasikal dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran adalah bahasa dan istilah-istilah yang sesuai dengan terminologi Al-Quran. Hal ini dilandasi oleh prinsip bahwa dalam proses bimbingan klasikal akan menghadirkan suasana penuh penghormatan. Berkaitan dengan teknik penggunaan terminologi dalam konseling, Miller (2003, hlm. 189) menjelaskan bahwa "*However the reader is encouraged to look beyond the language to discover how the technique may be respectfully and appropriately used in counseling*." Selanjutnya dikatakan, "*...the counselor needs to be sure the client is comportable with approach if it is religiously or spiritually based*."

5. Kekuatan dan Kelemahan

Kekuatan Bimbingan dan Konseling dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran terletak pada beberapa hal, antara lain:

a. Membawa klien dalam relasi transpersonal dengan Kemahakuasaan Allah melalui kalam-Nya dalam Al-Quran.
b. Memberikan efek pengembangan dan terapi dalam waktu bersamaan, karena Al-Quran disebut secara bersamaan sebagai *hudan* (*guidance*), *rahmatan* (*mercy*), dan *syifaa-an* (*healing*).
c. Bersifat holistik (*syamil* dan *mutakamil*), tidak hanya memberikan pengaruh terhadap mental ruhani tetapi juga fisik jasmani.
d. Memiliki efek resonansi yang kuat bagi konseli dan konselor pada saat yang bersamaan.
e. Memiliki kelenturan dalam materi karena dapat diaplikasikan dalam berbagai adegan bimbingan dan konseling.

Kelemahannya terletak pada beberapa hal berikut ini:

a. Bimbingan tidak akan efektif bagi klien yang mengalami keraguan yang fundamental (skeptisisme) terhadap kebenaran Al-Quran.
b. Bimbingan tidak akan efektif bagi klien yang mengalami gangguan atau keterbatasan pendengaran.

c. Bimbingan tidak akan efektif kepada konseli yang mengesankan di awal sesi bimbingan dengan rasa malu dan tidak percaya diri atau mungkin takut bagi konseli yang tidak bisa membaca Al-Quran.
d. Bimbingan tidak dapat diaplikasikan oleh konselor yang memiliki pandangan negatif terhadap Islam atau kurang pengetahuan dan wawasan keislaman.
e. Bimbingan tidak akan efektif jika konselor tidak memiliki integritas antara pengetahuan agama dengan tingkah laku keseharian dengan konseli.

6. Kompetensi Guru BK untuk Implementasi Bimbingan

Implementasi bimbingan klasikal dengan pendekatan *Tadabbur Al-Quran* untuk pengembangan karakter sabar remaja memerlukan seperangkat kompetensi yang harus dikuasi guru pembimbing atau konselor sekolah, sebagai berikut:

a. Memahami munculnya asumsi dasar dan keyakinan dasar konseli dalam perspektif perilaku remaja yang terkait dengan kesabaran sesuai dengan konseptualisasinya.
b. Mengenali reaksi perilaku yang menunjukkan ketidaksabaran hati, pikiran, lisan, dan tindakan.
c. Memahami konsep-konsep dan aplikasi Tadabbur Al-Quran.
d. Mampu membentuk sistem sosial yang mengkondisikan berbagi pengalaman dan perasaan secara terbuka.
e. Mampu bersikap tidak menghakimi (*nonjudgmental attitude*).
f. Menampilkan pribadi yang hangat, komunikasi interpersonal yang baik, dan menguasai teknik diskusi.
g. Menampilkan keteladaan dan integritas diri dalam karakter sabar.

7. Langkah-langkah

a. Tahap Pembukaan (*Appetizer*)
    1). Guru BK/konselor membangun suasana keterlibatan siswa/konseli dengan membuka hati siswa untuk butuh kepada Allah, menerima dan meyakini Al-Quran sebagai Kalamullah yang mengandung obat hati dan petunjuk bagi ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup.

2). Guru BK/konselor membimbing siswa/konseli untuk meluruskan niat dan memahami pentingnya mentadabburi Al-Quran.

b. Tahap Eksplorasi (*Exploration*)

1). Guru BK/konselor menggali pengalamannya siswa/konseli yang berkaitan dengan tema yang akan diangkat.

2). Guru BK/konselor mengidentifikasi norma-norma yang dianut oleh siswa/konseli terkait dengan pengalaman dan sikapnya tema yang akan diangkat.

3). Guru BK/konselor menyimpulkan hasil penggalian dari pengalaman siswa/konseli dan mengaitkan dengan tema yang akan diangkat.

c. Tahap Perenungan (*Contemplation*)

1). Guru BK/konselor mengaitkan kesimpulan dengan ayat Al-Quran.

2). Guru BK/konselor memperdengarkan lantunan ayat yang berkaitan dengan tema yang dibacakan oleh Qori yang menyentuh hati melalui media audio-visual, pada saat yang sama siswa/konseli menyimak bacaan sambil melihat teks ayat pada Mushaf Al-Quran.

3). Guru BK/konselor meminta seorang siswa/konseli untuk membacakan terjemah ayat.

4). Guru BK/konselor mengajak siswa/konseli untuk merenungi/berpikir secara mendalam lalu berdiskusi dengan melalui stimulasi beberapa pertanyaan tentang pesan-pesan ayat untuk dikaitkan dengan tema.

4). Guru BK/konselor membimbing siswa/konseli untuk menemukan pesan-pesan dan merefleksikannya terhadap masalah-masalah yang sering dihadapi berdasarkan pengalaman siswa/konseli sehari-hari.

d. Tahap Pengembangan (*Development*)

1). Guru BK/konselor memotivasi dan mengajak siswa/konseli berkomitmen bersama untuk mengubah cara pandang dan menguatkan keyakinan terhadap pesan-pesan ayat untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

2). Guru BK/konselor mendorong siswa untuk bergabung dalam komunitas yang dapat saling mengingatkan dan menasihati dalam kebaikan, baik yang bersifat offline maupun online.

e. Tahap Doa Penutup (*Supplication*)

1). Guru BK/konselor menuntun doa atau meminta salah seorang siswa/konseli untuk berdoa secara nyaring dengan penuh desakan dan kekhusyuan., memohon berharap, bermunajat, dan mengadu kepada Allah agar mendapatkan petunjuk, pertolongan dan diberikan kekuatan untuk dapat bersabar.

2). Guru BK/konselor menutup sesi bimbingan dengan mengucapkan *hamdallah* (alhamdulillah) dan ucapan salam.

8. Struktur dan Isi Intervensi

Intervensi bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja 7 sesi ditambah 1 sesi untuk pretest dan 2 sesi untuk dua kali posttest, yaitu posttest pertama dan posttest kedua. Bimbingan dilaksanakan dalam durasi satu pekan satu kali. Dalam pelaksanaannya, karena alasan teknis, dua kali sesi dilaksanakan dalam rentang dua pekan. Isi intervensi bimbingan adalah sebagai berikut:

Sesi 1:

Sesi ini bertema "*mengapa harus bersabar*?" Tujuan dari sesi ini adalah membimbing siswa untuk menguatkan keyakinannya terhadap manfaat kesabaran. Ayat-ayat yang ditadabburi pada sesi ini adalah: QS. Ali Imran [3]: 200, QS. An-Nisaa [4]: 28, QS. Al-Baqarah [2]: 153, dan QS. Ali Imran [3]: 146.

Sesi 2:

Sesi ini bertema "*jadilah manusia langit!*" Tujuan dari tema ini adalah membimbing siswa agar mampu mewakilkan segala urusan kepada Allah SWT. Mewakilkan urusan kepada Allah adalah faktor utama penguat kesabaran. Ayat yang ditadabburi adalah QS. Al-Hadid [57]: 22, QS. Yunus [10]: 61, dan QS. Al-'Ankabut [29]: 57-59.

Sesi 3:

Sesi ini bertema "*ilmu sebelum sabar*". Tujuan dari tema ini adalah membimbing siswa agar mampu mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan. Pertimbangan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan dipengaruhi oleh pengetahuan tentang hakikat sesuatu tersebut. Ayat yang ditadabburi pada sesi adalah QS. Al-Kahfi [18]: 60-82. Sesi ini disajikan untuk belajar dari kesabaran Nabi Musa a.s bersama Khidzir.

Sesi 4:

Sesi ini bertema "*tahanlah, jangan diledakkan*!" Tujuan tema ini adalah membimbing siswa untuk melatih diri menahan gejolak pada hentakkan pertama. Ayat yang ditadabburi adalah QS. Yusuf [12]: 4- 101. Kisah yang sangat panjang tentang kisah Nabi Ya'qub dan Nabi Yusuf. Tidak semua ayat diperdengarkan bacaannya, tetapi hanya 18, 23-24, dan 83. Sesi ini disajikan untuk belajar kesabaran dari Nabi Ya,qub a.s dan Nabi Yusuf a.s.

Sesi 5:

Sesi ini bertema "*sabar dalam taat".* Tujuan sesi ini adalah membimbing siswa untuk mampu mengabaikan segala godaan dalam melaksanakan kewajiban yang harus ditaati. Ayat yang ditadabburi pada sesi ini adalah QS. Ibrahim [14]: 35-41 dan QS. Fushshilat [37]: 102-110. Sesi ini disajikan untuk belajar kesabaran dari Nabi Ibrahim a.s

Sesi 6:

Sesi ini diberi tema "*bertemanlah dengan para penyabar*". Tujuan tema ini adalah membimbing siswa untuk bersahabat dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan yang dapat menguatkan kesabaran. Lingkungan memberikan pengaruh terhadap pengembangan karakter, demikian pula terhadap karakter sabar. Ayat yang ditadabburi pada sesi ini adalah QS. Al-Kahfi [18]: 28 dan QS. At-Taubah [9]: 119.

Sesi 7:

Sesi ini diberi tema "*berdoalah, mohon kekuatan sabar*!" Tujuan dari tema ini adalah membimbing siswa agar mampu berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT. Ayat yang ditadabburi adalah QS. Al-Araf [7]: 126, QS. Al-Baqarah [2]: 249-252.

D. Situasi dan Refleksi Implementasi

Bagian ini menjelaskan tentang hasil suasana yang terjadi selama implementasi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja dan refleksi sebagai upaya penilaian dari partisipan terhadap proses bimbingan. Dengan kata lain, refleksi ini merupakan cerminan proses bimbingan berdasarkan pengalaman partisipan/konseli sebagi pihak yang merasakan langsung perlakukan melalui bimbingan. Sebelum dijelaskan situasi dan refleksi pada setiap sesi, berikut ini disajikan rangkuman refleksi dari testimoni konseli yang ditulis pada jurnal-jurnal pekanan setelah proses bimbingan (DOC.14.01.16), antara lain:

a. Lebih dari setengah dari jumlah partisipan/konseli menilai bahwa tahapan dan tema-tema bimbingan berurutan. Sisanya, menilai bahwa tahapan dan tema sangat berurutan.
b. Lebih dari setengah dari jumlah partisipan/konseli menilai bahwa proses bimbingan bernuansa ruhani. Sisanya, menilai bahwa proses bimbingan sangat bernuansa ruhani.
c. Lebih dari setengah dari jumlah partisipan/konseli menilai bahwa murattal Al-Quran yang diperdengarkan menyentuh hati. Sisanya, menilai bahwa murattal Al-Quran yang diperdengarkan sangat menyentuh hati.
d. Lebih dari setengah dari jumlah partisipan/konseli menilai bahwa doa-doa yang dipanjatkan di akhir sesi menyentuh hati. Sisanya, menilai bahwa doa-doa yang dipanjatkan di akhir sesi menyentuh hati.
e. Lebih dari setengah dari jumlah partisipan/konseli menilai bahwa tayangan *power point* yang ditampilkan kurang menarik. Sisanya, tayangan power point cukup menarik.

f. Hampir setengah dari jumlah partisipan/konseli meminta agar ditayangkan kilasan film yang berkaitan dengan kisah orang sabar untuk inspirasi. Sisanya, tidak menminta diputarkan film.
g. Lebih dari setengah dari jumlah partisipan/konseli menilai bahwa guru BK/konselor memiliki kemamapuan yang tinggi dalam memberikan bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Sisanya, menilai kemampuan guru BK/Konselor sangat tinggi.

Berikut ini dipaparkan hasil temuan tentang situasi dan refleksi dari setiap sesi bimbingan yang diberikan sebanyak tujuh sesi dalam durasi dua bulan lebih satu pekan. Beberapa sesi tidak diberikan secara berturut-turut disebabkan adanya bentrok waktu dengan kegiatan yang diselenggarakan oleh sekolah dan sifatnya wajib untuk semua siswa, termasuk bagi siswa-siswa Kelas Agama B Angkatan 2013 yang saat itu duduk di Kelas XII yang dijadikan sebagai Kelas Eksperimen.

1. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Pembukaan

Tahap pembukaan merupakan untuk membangun atmosfer atau suasana keterlibatan siswa dengan membuka hati siswa sebagai partisipan untuk butuh kepada Allah, menerima dan meyakini Al-Quran sebagai Kalamullah yang mengandung obat hati dan petunjuk bagi ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup. Hati berada dalam kendali Allah. Dia yang membolak-balikkan hati sesuai dengan kehendak-Nya. Seseorang yang membutuhkan Allah, maka hatinya akan dibukakan untuk menerima Al-Quran. Partisipan juga dibimbing untuk meluruskan niat dan memahami pentingnya mentadabburi Al-Quran.

Pada Sesi pertama, siswa masih menampakkan ekspresi masih bertanya-tanya tentang apa yang akan disampaikan oleh Koordinator BK dan siapa yang datang bersamanya, yaitu peneliti yang akan bertindak sebagai konselor implementor (*implementer*) proses Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Guru BK mengawali dengan memperkenalkan peneliti sebagai konselor yang akan memberikan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk mengembangkan kesabaran. Pada pertemuan kali pertama ini, secara psikologis para partisipan belum mengenal peneliti yang akan bertindak sebagai pelaksana

proses bimbingan. Oleh sebab itu, peneliti berusaha membangaun *rapport untuk* terbangunnya suatu hubungan (*relationship*) yang dekat dan harmonis dengan para partisipan agar dapat diterima oleh mereka.

Setelah suasana hubungan harmonis dianggap mulai terbangun, peneliti sebagai pelaksana bimbingan yang selanjutnya disebut konselor, berusaha membangun suasana keterlibatan siswa dengan melontarkan pertanyaan untuk merangsang rasa ingin tahu konseli (OBS.3.10.15). Konselor berusaha membuka hati siswa untuk butuh kepada Allah SWT, menerima dan meyakini Al-Quran sebagai Kalamullah yang mengandung obat hati dan petunjuk bagi ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup. Tetapi, konselor melewatkan kesempatan untuk mengajak partisipan agar meluruskan niat dan memahami pentingnya mentadabburi Al-Quran. Berdasarkan pengamatan, partisipan menunjukkan perhatian dalam terlibat dalam suasana bimbingan.

Sesi Kedua dilaksanakan dua pekan setelah Sesi Pertama. Pada hari Selasa pekan sebelumnya atau satu pekan setelah Sesi Pertama, proses pembelajaran diliburkan karena para serta harus ikut serta dalam kegiatan yang diwajibkan oleh Kementerian Agama. Memasuki Sesi Kedua, partisipan tidak lagi menampakkan ekspresi bertanya-tanya tentang apa yang akan disampaikan oleh konselor. Antusiasme partisipan terlihat dari jumlah yang hadir. Semua partisipan yang berjumlah 33 orang hadir semua seperti pada Sesi Pertama dan hampir tidak ada yang terlambat. Seperti biasa konselor sekolah berusaha membangun suasana keterlibatan siswa dengan melontarkan pertanyaan untuk merangsang rasa ingin tahu konseli. Pertanyaan yang cukup membuat rasa ingin tahu pertisipan terbangkitkan. Antusiasme partisipan teramati dari serempat memberikan jawaban terhadap pertanyaan konselor. Pada tahap ini, konselor juga melewatkan ajakan untuk meluruskan niat dalam mengikuti proses bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran. (OBS.9.10.15).

Sesi Ketiga diikuti oleh tiga puluh dua orang partisipan. Seorang partisipan tidak masuk karena sakit. Sesi Ketiga ini dilakukan pada hari Rabu karena ada perubahan lagi sehari sebelumnya. Sebelum dimulai Tahap Pembukaan untuk Sesi Ketiga, tiga orang siswa tiba lima belas menit lebih awal dari waktu yang sudah

dijadwalkan. Mereka adalah UL, EU, KA. Mereka tiba lebih awal untuk menanyakan tentang Khidzir dalam buku saku yang berjudul “Ilmu Sebelum Amal: Belajar dari Kisah Nabi Musa Bersama Khidhir”. Buku saku tersebut sengaja dibagikan oleh peneliti sebagai solusi untuk mengganti kekurangan waktu 1x45 menit. Sesi Ketiga adalah sesi pertama dengan menggunakan durasi waktu 1x45 menit. Dua sesi sebelumnya menggunakan durasi waktu 2x45 menit. Kesempatan dalam waktu 15 menit tersebut dimanfaatkan oleh konselor untuk lebih membangun kepercayaan pada partisipan.

Dalam rentang 15 menit sampai dimulainya Sesi Ketiga, mayoritas partisipan sudah hadir di Ruang BK. Penempatan waktu bimbingan setelah jam istirahat, memungkinkan partisipan datang terlambat. Tetapi, kehadiran yang lebih awal menunjukkan bahwa partisipan antusias untuk mengikuti proses bimbingan.Secara teknis, kehadiran partisipan lebih awal memberikan peluang untuk mengoptimalkan kesempatan yang tersedia sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan (OBS.14.10.15).

Sesi Keempat diikuti oleh tiga puluh dua satu orang partisipan. Seorang partisipan tidak masuk karena masih sakit dan seorang lagi izin tidak masuk sekolah. Sesi Keempat ini dilakukan pada hari Rabu lagi karena hari tersebut cocok dan memungkinkan tidak bentrok dengan mata pelajaran lain dan atau kegiatan sekolah. Sebelum dimulai Tahap Pembukaan untuk Sesi Keempat, dua orang partisipan perempuan dan diikuti oleh tiga temannya datang lebih awal. Mereka diikuti oleh tiga orang partisipan laki-laki dan duduk agak jauh dari kelima partisipan perempuan yang datang lebih awal. Kelima partisipan tersebut bermaksud ingin berkonsultasi sebelum bimbingan dimulai Fenomena ini merupakan bentuk antusiasme partisipan untuk mengikuti proses bimbingan yang sudah memasuki Sesi Keempat.

Pada Sesi ini, partisipan hampir tidak ada yang datang terlambat. Sebagaimana telah dikemukan dalam hasil evaluasi bahwa Sesi keempat ini masih bernuansa mentadabburi ayat yang mengandung kisah maka pendekatannya sama dengan Sesi Ketiga. Memasuki Sesi Keempat, konselor menyimpulkan bahwa kedekatan dan suasana harmonis antara konselor dengan partisipan sudah

terbangun dengan baik. Oleh sebab itu, beberapa hal dalam tahap pembukaan tidak dilakukan secara sekuensial tetapi disisipkan dalam tahap-tahap berikutnya, terutama tahap penyampaian pesan-pesan ayat setalah tahap untuk menyimak lantunan ayat Al-Quran dan menerjemahkannya (OBS.19.11.15).

Sesi Kelima diikuti tiga puluh tiga orang partisipan. Tetapi tiga orang partisipan tidak menandatangi daftar hadir. Tema yang luncurkan pada Sesi ini adalah "*sabar dalam taat*". Seperti pada Sesi Keempat, partisipan hampir tidak ada yang datang terlambat. Bahkan, sebagian kecil dari partisipan telah tiba di Ruangan BK sejak 15 menit sebelum bimbingan dimulai.

Berbeda dengan sesi sebelumnya, pembagian buku saku untuk dibaca oleh partisipan terlambat dibagikan oleh staf BK/TU BK. Partisipan baru mendapatkan buku ketika mereka memasuki Ruangan BK. Dengan demikian, semua partisipan tidak membaca buku saku yang berisi materi berupa kisah kesabaran Nabi Ibrahim dan Nabi Ismail. Berdasarkan pengamatan, beberapa partisipan yang biasanya memanfaatkan waktu datang lebih awal untuk berbincang dengan konselor, mereka memanfaatkan waktu untuk membaca materi dari buku saku tersebut.

Konselor membuka Sesi Kelima ini dengan memberikan penjelasan bahwa sabar itu bukan hanya menunggu. Kesabaran juga dibutuhkan untuk melaksanakan ketaatan kepada Allah SWT. Sebab untuk dapat melaksanakan ketaatan banyak dogaannya. Oleh karenanya, kesabaran menghadapi godaan tersebut sangat diperlukan.

Dikarenakan sebagian besar partisipan belum membaca kisah kesabaran Nabi Ibrahim dan Nabi Ismail dari buku saku, maka konselor menceritakan lagi kisah tersebut secara ringkas. Selanjutnya, konselor mengaitkan karakter sabar Nabi Ibrahim dan Nabi Ismail dalam kapatuhannya kepada Allah SWT walaupun perintah tersebut sangat berat dengan kenyataan yang umumnya dihadapi oleh keumuman orang, termasuk partisipan. Dalam pengamatan dari rekaman video, para partisipan memberikan isyarat dengan mengangguk-anggukan kepala tanda membenarkan apa yang dikatakan oleh konselor (OBS. 24.11.15).

Sesi Keenam dilaksanakan dua pekan setelah Sesi Kelima. Program pemantapan menghadapi UN menjadi penyebab diundurnya Sesi Keenam. Pada sesi ini banyak partisipan laki-laki yang tidak hadir karena mendapat dispensasi untuk mengikuti acara sekolah. Partisipan yang hadir berjumlah dua puluh delapan orang. Walaupun demikian, antusiasme partisipan tetap tinggi. Setidaknya tiga orang partisipan perempuan yang sejak Sesi Ketiga hadir lebih awal, Nampak hadir pula lebih awal dari partisipan yang lain.

Acara dimulai tepat waktu. Namun, konselor belum memulai pembukaan tetapi meminta partisipan untuk membaca dulu buku yang baru dibagikan saat partisipan masuk ke Ruangan BK. Konselor memberikan waktu 20 menit kepada partisipan untuk membacanya. Setelah itu konselor membuka sesi bimbingan dengan mengucapkan *basmallah* dan *hamdallah*. Lalu, konselor langsung menyampaikan kepada partisipan bahwa hari akan membahas tentang kiat agar dapat bersabar, yaitu bersahabat dengan para penyabar (OBS.29.11.15).

Sesi Ketujuh merupakan sesi terakhir dari rangkaian Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja. Sesi ini dilaksanakan dua pekan setelah Sesi Keenam. Pada sesi terakhir ini, semua partisipan hadir. Hal yang menarik, dua puluh menit sebelum proses bimbingan dimulai, para partisipan sudah hadir di Ruangan BK kecuali tiga orang partisipan laki-laki datangnya tepat pada saat tahap pembukaan.

Tema yang diangkat pada sesi terakhir ini adalah "*Berdoalah Mohon kekuatan Sabar*". Sebelum memulai sesi terakhir ini, konselor mengingatkan kembali kepada partisipan bahwa rangkaian bimbingan dari sesi awal hingga sesi terkahir ini adalah untuk mengembangkan kesabaran. Konselor juga mengajak partisipan untuk menambahkan yel-yel setelah jawaban salam dengan dengan ungkapan "*Yuk, Sabar*!". Partisipan menyepakati yel-yel tersebut karena dianggap bermanfaat untuk pengingat-ingat untuk bersabar.

Konselor juga mengingatkan lagi kepada partisipan tentang rangkaian tema-tema yang telah dibimbingkan dan tujuan-tujuan dari tema-tema tersebut. Konselor mengajak partisipan untuk meresume semua materi. Konselor meminta beberapa orang untuk menyebutkan rangkaian materi-materi tersebut. Selanjutnya

konselor mengingatkan partisipan untuk benar-benar memanfaatkan pengetahuan dan pengalaman selama mendapat Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk menghadapi segala halangan dan rintangan dalam kehidupan nyata terutama yang paling dekat adalah menghadapi rangkaian ujian akhir sekolah/madrasah. Sejak bulan Februari 2015, siswa Madrasah Aliyah memulai rangkaian ujian. Akhir Maret 2015, siswa Madrasah Aliyah di seluruh Indonesia mengikuti UN Madrasah Aliyah. Lalu, dan puncaknya UN di awal April 2015.

Konselor juga mengingatkan lagi tentang hakikat sabar bahwa sabar bukan sekadar menunggu tapi sabar memiliki cakupan yang sangat luas dan dibutuhkan dalam semua dimensi kehidupan. Konselor memberikan contoh perilaku menunggu bis kota yang umumnya dianggap sebagai bentuk kesabaran. Selanjutnya konselor memberikan penjelasan bahwa perilaku tersebut hanya bentuk kecil dari kesabaran (OBS.34.11.15).

2. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Ekplorasi

Pada Sesi Pertama, konselor mengekspos spektrum sikap partisipan terhadap gambar-gambar yang ditayangkan (OBS.4.10.15). Konselor memediasi siswa untuk menceritakan pengalamannya yang berkaitan dengan manfaat sabar (OBS.5.10.15). Berdasarkan pengamatan, partisipan cukup antusias untuk terlibat dalam tahap eksplorasi ini. Setidaknya ada empat orang partisipan yang memberikan pendapat dan menceritakan pengalamannya terkait dengan pertanyaan "mengapa harus bersabar?".

Pada Sesi Kedua, konselor melakukan eksplorasi tidak melalui gambar tetapi melalui hal yang nyata yang berkaitan dengan persiapan partisipan yang sebentar lagi akan mengikuti UN sehingga tidak hanya mengandalkan kekuatan diri sendiri tetapi harus meminta kekuatan kepada yang berada di langit. Konselor melewatkan untuk mediasi siswa untuk menceritakan pengalamannya yang berkaitan tema "*Jadilah Manusia Langit!*" pada tahap ini. Walaupun demikian, berdasarkan pengamatan, partisipan tetap antusias untuk terlibat dalam proses bimbingan. Konselor menempatkan mediasi pengalaman dalam tahap diskusi dan tahap *development* (pengembangan) melalui teknik tanya jawab. Memancing

pertanyaan dan melemparkan jawabannya kepada partisipan yang lain. (OBS.10.10.15).

Membuka Sesi Ketiga, konselor sengaja melewatkan tahap untuk membangun suasana keterlibatan siswa dengan membuka hati partisipan untuk butuh kepada Allah dan menerima dan meyakini Al-Quran sebagai Kalamullah yang mengandung obat hati dan petunjuk bagi ketenangan jiwa dan kebahagiaan hidup. Konselor juga sengaja melewatkan lagi kesempatan untuk mengajak partisipan meluruskan niat dan memahami pentingnya mentadabburi Al-Quran. Berikutnya, konselor juga melewatkan proses eksplorasi dan mediasi untuk menceritakan pengalaman dan mengidentifikasi nilai-nilai yang dianut terkait tema "Ilmu Sebelum Sabar." Konselor melompat ke tahap perenungan.

Tahap membuka hati partisipan untuk kepada Al-Quran dilakukan setelah memperdengarkan QS. Al-Kahfi [18]: 60-82. Keputusan tersebut diambil karena materi Tadabbur pada Sesi Ketiga ini ayat-ayat yang ditadabburi merupakan rangkaian kisah kesabaran Nabi Musa bersama Khidhir. Rangkaian ceritanya berjumlah dua puluh dua ayat. Sesi ini dicoba ditekankan pada upaya memperdengarkan lantunan murattal ayat-ayat di QS. Al-Kahfi [18]: 60-82. Pertimbangannya, hasilnya testimoni pada Sesi Kedua, partisipan merasa tertarik dengan lantunan murattal dari Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi. Pada sesi ini pun, partisipan sudah mendapatkan salinan ayat-ayat di QS. Al-Kahfi [18]: 60-82 yang disertai terjemah langsung per satu ayat. (OBS.15.10.15).

Pada Tahap Keempat, konselor tidak mengikuti struktur secara khusus atau mengikuti urutan sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan, tetapi menyisipkannya dalam Tahap *Reading Scripture*. Belajar dari sesi-sesi sebelumnya, cara ini lebih dapat mengoptimalkan durasi waktu 1x45 menit untuk satu sesi bimbingan klasikal. Teknik komunikasi yang digunakan oleh konselor merupakan ungkapan-ungkapan sederhana untuk memediasi partisiapan agar mau menceritakan pengalaman yang terkait dengan tema bimbingan. Misalnya, ungkapan, "*Siapa di antara kalian yang mempunyai pengalaman unik berkaitan dengan doa?, Silahkan ceritakan kepada kita semua!*". Contoh lainnya, "siapa yang berkenan berbagi pengalaman unik saat punya masalah lalu penyelesaiannya

dengan berdoa?" Selanjutnya, konselor melakukan identifikasi norma-norma yang partisipan dengan melemparkan pertanyaan, "*Menurutmu, apa yang dipahami dan dijadikan keyakinan dari kejadian tersebut?*" Pertanyaan identifikasi ini dapat juga dilempar kepada partisipan yang lain.

Sebelum memperdengarkan ayat-ayat yang akan ditadabburi, konselor membagikan lembaran fotokopi dari Mushaf terjemah per kata/lafaz yang disertai terjemah per ayat, konselor mendongengkan kembali kisah kesabaran Nabi Ya'qub dan Nabi Yusuf secara ringkas. Hal ini dilakukan karena jika disampaikan secara keseluruhan waktu akan habis sedangkan ayat yang akan diperdengarkan memakan waktu cukup lama hampir 20 menit. Dengan segala keterbatasan, konselor membagi waktu untuk menceritakan kembali kisah selama 10 menit, memperdengarkan ayat selama 20 menit, dan menyampaikan pesan serta diskusi selama 15 menit.

Pada Sesi Kelima, konselor tidak mengikuti struktur secara khusus atau mengikuti urutan sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan, tetapi menyisipkannya dalam Tahap Perenungan. Belajar dari sesi-sesi sebelumnya, cara ini lebih dapat mengoptimalkan durasi waktu 1x45 menit untuk satu sesi bimbingan klasikal. Teknik komunikasi yang digunakan oleh konselor merupakan ungkapan-ungkapan sederhana untuk memediasi partisiapan agar mau menceritakan pengalaman yang terkait dengan tema bimbingan. Misalnya, ungkapan, "*Siapa di antara kalian yang mempunyai pengalaman unik berkaitan dengan bersabar ketika terasa berat untuk ibadah?, Silahkan ceritakan kepada kita semua* Selanjutnya, konselor melakukan identifikasi norma-norma yang partisipan dengan melemparkan pertanyaan, "*Menurutmu, apa yang dipahami dan dijadikan keyakinan dari kejadian tersebut?*" Pertanyaan identifikasi ini dapat juga dilempar kepada partisipan yang lain (OBS.25.11.15).

Pada Sesi Keenam, demi mengoptimalkan durasi waktu 1x45 menit untuk satu sesi bimbingan klasikal, konselor langsung menyampaikan ungkapan-ungkapan sederhana untuk memediasi partisiapan agar mau menceritakan pengalaman yang terkait dengan tema bimbingan. Misalnya, ungkapan, "*Siapa di antara kalian yang mempunyai pengalaman unik berkaitan dengan sabar ketika*

menghadapi masalah dalam pertemanan?, Silahkan ceritakan kepada kita semua!". Selanjutnya, konselor melakukan identifikasi norma-norma yang partisipan dengan melemparkan pertanyaan, "*Menurutmu, apa yang dipahami dan dijadikan keyakinan dari kejadian tersebut?*" Pertanyaan identifikasi ini dapat juga dilempar kepada partisipan yang lain (OBS.30.11.15).

Pada Sesi Ketujuh, konselor tidak mengikuti struktur secara khusus atau mengikuti urutan sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan, tetapi menyisipkannya dalam Tahap *Reading Scripture*. Belajar dari sesi-sesi sebelumnya, cara ini lebih dapat mengoptimalkan durasi waktu 1x45 menit untuk satu sesi bimbingan klasikal. Teknik komunikasi yang digunakan oleh konselor merupakan ungkapan-ungkapan sederhana untuk memediasi partisiapan agar mau menceritakan pengalaman yang terkait dengan tema bimbingan. Misalnya, ungkapan, "*Siapa di antara kalian yang mempunyai pengalaman unik berkaitan dengan doa?, Silahkan ceritakan kepada kita semua!*". Contoh lainnya, "siapa yang berkenan berbagi pengalaman unik saat punya masalah lalu penyelesaiannya dengan berdoa?" Selanjutnya, konselor melakukan identifikasi norma-norma yang partisipan dengan melemparkan pertanyaan, "*Menurutmu, apa yang dipahami dan dijadikan keyakinan dari kejadian tersebut?*" Pertanyaan identifikasi ini dapat juga dilempar kepada partisipan yang lain (OBS.35.11.15).

3. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Perenungan

Pada Sesi Pertama, sebelum memperdengarkan bacaan ayat QS. Ali Imran [3]: 200 yang lafadznya ditampilkan melalui media visual (LCD Projector) dan media audio supaya terdengar oleh seluruh siswa, konselor mengatakan kepada para partisipan, "*Baik, kita akan coba tanya, kita gali kepada Al-Qur'an, mengapa harus sabar?, ada empat jawaban, ini jawaban yang pertama, mari kita simak lantunan ayat Al-Quran ini supaya kita mendapatkan rahmat dari Allah*." (OBS.07.10.15). Pada saat mendengarkan lantunan ayat QS. Ali Imran [3]: 200 oleh Qori Misyari Rasyid Al-Efasi, teramati semua siswa menyimak dengan seksama. Tidak terlihat siswa yang mengobrol atau mengerjakan sesuatu. Siswa fokus melihat tayangan lafaz ayat pada tembok kelas yang dijadikan *screen*

projector, tetapi tidak ada yang mengikuti untuk membacanya (OBS. 10.15). Situasi yang sama juga teramati pada saat mendengarkan ayat dari QS. An-Nisaa [4]: 28 dan QS. Al-Baqarah [2]: 153.

Setiap kali memperdengarkan satu ayat, konselor meminta seorang partisipan untuk membacakan terjemah ayat yang ditampilkan dalam screen. Sebelumnya, konselor akan mengatakan, "*Coba, ada yang mau baca membantu saya. Silakan, semoga kamu mendapatkan pahala, dan urusannya dimudahkan oleh Allah, Aamiin*." Atau, "*Saya mohon dengan segala kerendahan hati, salah seorang dari anggota barisan ini, membacakan artinya, silakan*." Demikan dilakukan setiap kali selesai memperdengarkan lantunan ayat Al-Quran, seorang partisipan membaca terjemahannya. Pada saat pembacaan terjemah, terobservasi partisipan yang lain menyimak bahkan ada yang menggerakkan mulutnya untuk ikut membaca tetapi dalam hati (OBS.6.10.15).

Setelah pembacaan terjemah selesai masuklah pada tahap utama, yaitu Tadabbur ayat. Guru BK menyampaikan pesan-pesan yang terkandung dalam setiap ayat dan dikaitkan dengan Sesi Pertama, yaitu "*mengapa harus bersabar?*" dan merefleksikan dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah (OBS.7.10.15).

Setelah tahap ini, konselor mengajak para partisipan untuk berdiskusi tentang masalah-masalah yang belum terkait tema "*mengapa harus bersabar?*". Tetapi, pada kesempatan Sesi Pertama ini diskusi tidak dapat dilaksanakan karena waktu tidak mencukupi. Waktu yang tersisa hanya tersisa 5 menit lagi sedangkan guru pada mata pelajaran selanjutnya akan segera masuk. Konselor lupa tidak mengontrol waktu. Pada kesempatan pertama seringkali banyak hal yang tidak sesuai dengan perencanaan. Namun, tentunya setiap yang terjadi dievaluasi dan dijadikan pijakan untuk perbaikan pada kesempatan berikutnya.

Seperti halnya pada Sesi Pertama, proses memperdengarkan bacaan ayat-ayat yang ditadabburi menggunakan audio dan lafadznya ditampilkan melalui media visual (LCD Projector). Bacaan ayat, baik QS. Al-Hadid [57]: 22; QS. Yunus [10]: 61; Al-'Ankabut [29]: 57-59, semuanya dibacakan oleh Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi dalam bentuk rekaman MP3. Setiap selesai pembacaan

ayat, konselor meminta partisipan untuk membacakan terjemah yang ditampilkan melalui screen LCD Projector.

Berbeda dari suasana di Sesi Pertama, pada Sesi Kedua ini, partisipan lebih respon untuk menyimak bacaan murattal dari Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi, bahkan mereka ada yang sudah mulai mengikuti bacaannya dengan suara nyaring. Selanjutnya, pada saat konselor meminta ada salah seorang yang membacakan terjemahan, spontan seorang partisipan berinisal FI, AA, dan mengacungkan tangan untuk membacakannya.

Pada tahap ini, konselor tetap untuk memberikan motivasi spiritual sebelum menyimak bacaan Al-Quran, seperti "*mari kita simak, semoga kita mendapatkan rahmat*". Begitu pula untuk memberikan motivasi spiritual kepada partisipan sebelum membacakan terjemahan ayat, seperti "*tolong bacakan untuk kita semua*." Ucapan tersebut memberikan semangat partisipan untuk tetap terlibat dalam proses bimbingan. Semangat keterlibatan itu ditunjukkan dengan munculnya kesedian partisipan untuk membacakan pesan-pesan ayat yang ditampilkan melalui screen LCD Projector. Diantara yang aktif membecakan adalah AA, TR, AAT, pertanyaan yang cukup mendalam pada saat menjelaskan pesan-pesan ayat (OBS.11.10.15).

Pada Sesi Kedua ini, konselor lebih banyak melontarkan pertanyaan kepada partisipan lalu memancing untuk bertanya dan melemparkan lagi pertanyaan dari partisipan kepada partisipan yang lain. Terakhir, konselor mengelaborasi semua tanggapan dan berusaha menghubungkannya kembali dengan ayat-ayat sedang ditadabburi dan merefleksikannya dalam kehidupan sehari-hari, terutama kasus-kasus personal yang dialami di sekolah. Cara ini cukup efektif untuk menghidupkan diskusi dan menghangatkan suasana.

Sesi Ketiga diawali dengan pembagian lembaran salinan ayat QS. Al-Kahfi [18]: 60-82 yang disertai terjemah langsung per ayat. Layar LCD Projector tidak lagi menampilkan ayat-ayat karena masing-masing partisipan sudah memegang lembaran salinan ayat-ayat tersebut. Pada layar LCD projector hanya tertulis "*Mari simak kisahnya dalam QS. Al-Kahfi [18]: 60-82, semoga kita mendapatkan rahmat Allah*." Memulai tahap memperdengarkan ayat, konselor

mengatakan,"*Baik, mari kita dengarkan dulu bacaan Al-Qur'an yang mengisahkan tentang Nabi Musa as bertemu lalu belajar kepada Nabi Khidir as yang terdapat dalam surah Al-Kahfi [18] ayat 60-82. Silakan simak supaya kita mendapatkan rahmat Allah swt. Mari kita mulai dengan "A'uudzubillaahi minasy-syaithaanir-rajiim, bismillaahirrahmaanirrahiim."*

Sejumlah dua puluh dua ayat yang dilantunkan secara *tartil* dalam nada *tadwir* yang mengisahkan Nabi Musa dan Khidhir memakan waktu 7.02 menit. Berdasarkan pengamatan ulang melalui rekaman video, sejak menit pertama para partisipan mendengarkan dengan seksama sambil melihat teks ayat dalam lembar salinan yang telah dibagikan. Konsentrasi mereka agak terganggu karena pada menit kedua, ada salah seorang partisipan laki-laki yang datang terlambat lalu melewati barisan untuk duduk di depan. Setelah menit dua terlewati, para partisipan kembali menyimak ayat sambil membaca salinan ayat. Keadaan mulai riuh ketika pada menit keempat ketika para partisipan ikut membaca dengan suara lirih tetapi bersamaan. Suasana tersebut berlangsung hingga akhir lantunan ayat di menit kesemnilan lewat lima detik.

Setelah memperdengarkan ayat, konselor memberikan penguatan ada partisipan untuk semakin membuka hati menerima Al-Quran. Tahap ini terlewatkan di tahap pembukaan dan disampaikan pada tahap ini. Konselor mengatakan: *"Al-Qur'an Kalamullaah. Hasil riset terkini, Al-Qur'an jika disikapi dengan iman ternyata bisa menghancurkan virus dalam tubuh kita, dalam tubuh manusia. Al-Qur'an jika betul diimani dan didengarkan dengan keimanan, dengan penuh keikhlasan, percaya bahwa Al-Qur'an adalah obat maka sel-sel yang membuat tubuh kita menjadi sakit, biasanya apa yang sekarang sedang ramai dibicarakan?*"

Berikutnya, memasuki tahap penyampaian pesan-pesan ayat, konselor merangsang rasa ingin tahu partisipan mengatakan: "*Percayakah anda, bahwa kita mungkin tidak akan bisa sabar ketika kita tidak tahu hakikat dari sesuatu, tidak mungkin sabar. Nabi Musa as ketika Allah swt sebagaimana telah dibaca ya, saya ringkas sedikit, diberi ilham untuk menempuh perjalanan yang sangat jauh. Coba anda lihat gambar ini (Peta: Timur Tengah), ada yah. Gambar ini, ini*

Mesir Nabi Musa as menurut sebagian ahli sejarah itu berjalan menyusuri kedua sungai, kalau dibentangkan maka ini dua kali Pulau Jawa."

Konselor tidak lantas menyampaikan pesan-pesan dan melakukan diskusi karena teridentifikasi sebagian partisipan ada yang belum membaca kisah Nabi Musa dan Khidhir di buku saku yang telah dibagikan. Konselor memutuskan untuk menceritakan ulang kisah Nabi Musa dengan Khidhir dengan pendekatan mendongeng penuh ekspresi dan mengatur intonasi. Cara ini cukup menarik perhatian partisipan. Di sela-sela mendongeng, konselor mengaitkan kisah Nabi Musa dengan pengalaman dan kasus yang sering terjadi pada orang-orang yang tidak sabar dalam mencari ilmu. Berikut ini kutipannya: *"Nabi Musa berjalan sepanjang itu. Untuk apa? Mencari ilmu. Tidak menyerah, dan kita seringkali "Aduuh baru mendapat penderitaan saja, baru mendapat hambatan dan lain sabagainya" sudah "aah, males ah belajarnya" Nabi Musa, ma syaa Allah dengan panjang sekali, terus mencari kebenaran bersama Yusya' bin Nun."*

Berdasarkan kutipan di atas, konselor berusahan untuk mengembangkan daya tahan terhadap segala halangan dan rintangan dalam mencari ilmu kepada partisipan dalam mencari ilmu. Daya tahan dalam mencari ilmu merupakan bagian dari karakter sabar. Berikut kutipan yang lainnya, *"Manusia itu tempatnya salah dan lupa. Ternyata lupa itu, menurut perspektif Al-Kahfi, ternyata itupun dikuatkan oleh syaithan, jadi kalau anda lupa, anda suka lupa "belajar lupa, dan lain sebagainya" berlindunglah kepada Allah, karena syaithan sedang menguatkan kelupaan kita. Karena, Yusya' bin Nun pun lupanya itu oleh Syaithan. Sengaja dilupakan, kenapa? Karena syaithan tidak ingin Nabi Musa as bertemu dengan Khidir."*

Merujuk pada kutipan di atas, konselor berusaha untuk mengembangkan spiritualitas partisipan agar mengikatkan diri kepada Sang Maha Kuasa ketika lupa sesuatu, termasuk lupa dalam belajar. Adanya mekanisme lupa menunjukkan bahwa manusia itu lemah. Oleh karenanya, manusia harus meminta perlindungan dari Yang Maha Kuat, yaitu Allah, Tuhan Yang Maha Kuasa. Upaya memohon kekuatan dari Sang Maha Pencipta dari segala kekurangan dan kelemahan adalah bagian dari karakter sabar.

Berikut kutipan yang lainnya, *"Bagaimana nabi Musa as meyakinkan—inilah adab seorang murid kepada seorang gurunya—penuh semangat, penuh optimisme. Apa yang dikatakan nabi Musa as kepada Khidir? "in syaa Allah, engkau akan mendapati seorang aku yang sabar" in syaa Allah aku bisa. Nah, ingat! Kata-kata in syaa Allah, tidak boleh, aku bisa, aku bisa, yes, yes, yes! Wah, itu melupakan Allah tuh. Seharusnya, in syaa Allah. In syaa Allah, aku bisa. Nabi Musa as juga begitu, in syaa Allah aku bisa. Nah ini, seringkali kita melupakan Allah, katakan in syaa Allah."*

Berdasarkan kutipan di atas, konselor berusaha untuk mengembangkan sikap tidak *overconfidence* atau percaya diri yang berlebihan yang akan berakibat buruk bagi pelakunya. Kebiasaan mengatakan "Insya Allah" dan tidak memastikan target yang dituju akan didapatkan merupakan bagian dari karakter sabar. Sebaliknya, sikap optimis yang berlebihan akan berakibat ketidaksabaran. Berikut kutipan yang lainnya: *"Nabi Musa as fithrah kemanusiaannya jalan, akal sehatnya jalan, ...kenapa itu bisa mencelakakan penumpang-penumpangnya?" jawab Khidir "Aku bilang kan, kamu tidak akan bisa sabar, kan jangan dulu bertanya, katanya" Nabi Musa as sadar "oh, iyah, sudahlah kalau ini nanti, ingatkan lagi" kira-kira begitu, ada pengakuan. Kadang-kadang kita tidak mau mengakui kesalahan kita, yah? Seorang murid yang baik, kalau melakukan kesalahan, ia meminta maaf. Orang yang sabar itu, orang yang tidak pelit meminta maaf?"* Merujuk kutipan di atas, konselor berusaha mengaitkan kesabaran dengan sikap untuk tidak segan meminta maaf ketika melakukan kesalahan. Sebab, meminta maaf ketika melakukan kesalahan adalah bagian dari karakter sabar.

Ketersediaan waktu yang tersisa 30 menit untuk menyampaikan pesan-pesan ayat dan berdiskusi tidak dapat dioptimalkan oleh konselor disebabkan mengulangi cerita yang sebenarnya telah dibukukan. Tetapi, kareka sebagian partisipan tidak membacanya maka konselor menggunakan waktu untuk mendongeng. Demi memenuhi kebutuhan partisipan yang ingin bertanya, berdiskusi, dan atau menyampaikan masalah pribadi untuk dipecahkan bersama, konselor menyediakan waktu pada jam-jam istirahat atau sepulang sekolah untuk

memenuhinya. Selain itu, konselor juga menyediakan layanan bimbingan dan konseling pribadi melalui media Whatsapp, SMS, BBM, maupun email. Tetapi tidak dilayani melalui FB karena akan kehilangan privasi. Pelayanan ini diberikan karena selama proses, sebagian partisipan Nampak ingin menyampaikan masalah-masalahnya. (OBS.16.10.15)

Lantunan ayat pada Sesi Keempat ini dibagi dua bagian, yang diperdengarkan pertama adalah QS. Yusuf [12]: 1-21. Rangkaian ayat ini menceritakan kisah awal perpisahan Nabi Yusuf dengan ayahnya Nabi Yaqub dengan segala bumbu yang penuh liku-liku kesedihan dan amarah. Durasi yang diperlukan untuk memperdemgarkan rangkaian ayat ini adalah sekira 6 menit. Selanjutnya diperdengarkan rangkaian cerita yang kedua, yaitu QS. Yusuf [12]: 77-100. Rangkaian ayat ini menceritakan tentang pertemuan Nabi Yaqub dengan Nabi Yusuf, putra kesayangan dalam waktu yang cukup panjang sekali. Pertemuan yang penuh haru biru dan mengoyak perasaan. Durasi yang diperlukan untuk memperdengarkan rangkaian ayat ini ayat 12.51 menit. Total waktu yang diperlukan adalah 18.51 menit. Pada Sesi ini terjemah ayat tidak dibacakan karena terjemahan per lafaz dan terjemah per ayat sudah dapat diakses oleh partisipan melalui lembar fotocpy mushaf.

Berbeda dengan sesi sebelumnya, murattal ayat yang diperdengarkan bukan dari Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi melainkan dari Syaikh Nashir Qithami. Pertimbangan qori Syaikh Nashir Qithami karena pembawaan bacaan atau maqamat tilawahnya sesuai dengan tema dan kisah dalam ayat yang ditadabburi. Sesi Keempat ini, merujuk pada hasil pengamatan secara berulang-ulang terhadap video rekaman Sesi Keempat, nampak mayoritas partisipan khusyu mendengarkan bahkan beberapa partisipan ada yang mencucurkan air mata Tetapi, ada satu orang partisipan perempuan yang sesekali melihat *gadget*-nya. (OBS.21.11.15).

Berbeda dengan sesi-sesi sebelumnya, pada Sesi Kelima ini konselor mencoba menggabungkan antara memperdengarkan semua bacaan murattal Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi yang sudah disipakan melalui media audio dengan pembacaan oleh beberapa orang partisipan. Konselor baru memutar

murattal Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi melalui media audio, satu ayat terakhir di akhir sesi bimbingan sebelum pembacaan doa.

Terjadi perbedaan suasana ketika pertisipan diminta membacakan ayat dengan menyimak murattal dari Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi. Suasana khusyu lebih Nampak pada menyimak murattal Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi. Adapun pada saat pembacaan ayat oleh partisipan suasana menjadi kurang khidmat karena ketika terjadi kesalahan baca, partisipan yang lain menjadi sedikit gaduh atau sekadar mentertawakan bacaan yang keliru. (OBS.26.11.15).

Pada Sesi Kelima ini, konselor langsung mengajak partisipan untuk mendengarkan lantunan ayat QS. Al-Kahfi [18]: 28-31 dan QS. At-Taubah [9]: 119. Susana hening seperti biasa terjadi ketika lantunan murattal dari Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi diperdengarkan kepada partisipan. Sebagian partisipan pun mengikuti bacaan itu dengan suara lirih. Konselor meminta salah seorang partisipan untuk membacakan terjemah ayat QS. QS. Al-Kahfi [18]: 28-31.

Konselor meminta beberapa partisipan untuk menceritakan pengalaman dalam pertemanan dan masalah-masalah yang menimbulkan ketidaksabaran. Salah seorang partisipan yang berinisial ZK menceritakan masalahnya yang pernah berteman dengan teman-temannya yang suka memalak. ZK merasakan dilema karena tidak senang dipalak tapi ingin punya teman. Konselor melempar dilema yang dihadapai ZK kepada partisipan yang lain.

Konselor membahas pengalaman yang dihadapi ZK dengan mengaitkannya dengan pesan-pesan ayat yang terkandung dalam QS. Al-Kahfi [18]: 28-31. Konselor meminta beberapa orang untuk membacakan pesan-pesan yang tercantum dalam buku saku lalu meminta partisipan yang lain untuk memberikan penjelasan terhadap pesan-pesan ayat tersebut berdasarkan pengetahuan dan pengalamannya. (OBS.31.11.15).

Berkaitan dengan di sesi terakhir tentang cara menguatkan kesabaran dengan memohon kekuatan sabar, sebelum memperdengarkan murattal ayat QS. Al-A'raf [7]: 117-126 dan QS. Al-Baqarah [2]: 249-252, konselor menarik lagi ingatan partisipan pada materi awal. Konselor mengatakan, "*Sabar itu awalnya ilmu ujungnya doa*." Maksud konselor adalah mengingatkan bahwa usaha-usaha

untuk bersabar dimulai dari mengetahui hakikat sabar dan mengakhirinya dengan memohon kesabaran kepada Allah SWT.

Materi Tadabbur Al-A'raf [7]: 117-126 dan QS. Al-Baqarah [2]: 249-252 merupakan rangkaian cerita orang-orang di masa lalu yang berada dalam kondisi yang secara logika tidak akan mampu bertahan, tetapi mereka sangat yakin bahwa limpahan kesabaran dapat diberikan oleh Allah SWT kepada orang yang memohon kesabaran kepada-Nya. Oleh sebab itu, lantunan murattal ayat dipilih dari qari yang bacaannya menggambarkan suasana hati pelaku dalam cerita, yaitu Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi dan Syaikh Nashir Al-Qithami.

Pada sesi terakhir ini, konselor tidak menceritakan ulang kisah tapi melemparkan pertanyaan kepada partisipan tentang apa yang dipahami dari cerita dalam buku saku yang telah dibacanya. Cara ini dinilai dapat membangkitkan perhatian partisipan lebih kuat lagi. Kadang-kadang, konselor juga meminta salah seorang partisipan untuk menceritakan ulang dengan bahasa sendiri tentang cerita orang-orang sabar yang dibacanya dari buku saku.

Suasana penuh kekhusuan kembali terjadi pada saat diperdengarkan lantunan murattal. Sambil membaca teks dari salinan Mushaf Al-Quran, sebagai partisipan mengikuti bacaan dengan penuh khidmat. Tidak seorang pun yang memalingkan perhatiannya, kecuali memperhatikan teks dan menyimak lantunan murattal Al-Quran.

Setelah memperdengarkan lantunan bacaan Al-A'raf [7]: 117-126, konselor meminta seorang partisipan untuk membacakan terjemahannya. Setelah itu, konselor menyampaikan pesan-pesan ayat yang dikaitkan dengan pengalaman yang pernah dialami. Dalam dinamika dialog yang hangat, konselor memberikan penekanan pada hal-hal yang terkait dengan tema, yaitu berdoa memohon kesabaran. Pola yang sama juga dilakukan untuk ayat QS. Al-Baqarah [2]: 249-252, rangkaian proses mentadabburinya dilakukan dengan cara seperti mentadabburi ayat yang pertama (OBS.36.11.15).

4. Situasi dan Refleksi pada Tahap Pengembangan

Pada Sesi Pertama, waktu untuk pengembangan hanya tersisa lima menit. Waktu yang tersisa dimanfaatkan oleh konselor untuk masuk pada tahap pengembangan, yaitu mengejak siswa untuk berkomitmen bersama mengubah cara pandang yang benar dan menguatkan keyakinan terhadap manfaat sabar. Kemudian, konselor memotivasi siswa untuk berkomitmen bersama pada perilaku yang lebih baik. Terakhir, konselor mengajak siswa bergabung dalam komunitas melaui media sosial untuk saling mengingatkan dan menasihati dalam kebaikan. Berikut kutipan perkataan konselor (OBS.8.10.15).

Pada Sesi Kedua ini, konselor mengajak partisipan untuk senantiasa mewakilkan urusan kepada Allah SWT di mana pun dan kapan pun berada (OBS.12.10.15). Pada Sesi Ketiga ini, konselor mengajak partisipan untuk senantiasa mengetahui hakikat di balik sesgala sesuatu. Pengetahuan tentang manfaat dan mafsadat di balik sesuatu akan membawa pada kesabaran yang lebih baik OBS.17.10.15). Pada Sesi Keempat ini, konselor tidak sempat memberikan pengembangan karena ternyata waktu sudah memasuki jam pelajaran selanjutnya. Para partisipan harus kembali ke kelas. Sedangkan Ruangan BK akan digunakan oleh kelas lain. Waktu yang tersedia tidak cukup untuk materi-materi di sesi ini (OBS.22.11.15).

Pada Kelima, konselor memberikan pengembangan untuk mengambil pelajaran dari kisah kesabaran Nabi Ibrahim dan Nabi Islamil dalam keseharian (OBS.27.11.15). Pada Sesi Keenam, konselor menyampaikan pesan agar partisipan berkomitmen untuk berteman dengan orang-orang yang akan menguatkan kesabaran dan meluaskan persaudaraan (OBS.31.11.15). Pada Sesi terakhir, konselor memberikan penekanan bahwa kesabaran bukan hasil dan akhir tetapi proses yang terus-menerus dan berkelanjutan sepanjang kehidupan. Konselor menjelaskan pula bahwa setiap yang ingin kuat kesabarannya, maka dirinya harus men-*charge* kesabarannya supaya energi sabarnya tidak habis. Berikut kutipannya, "*Charger, kalau tidak diisi juga akan habis. Nah, begitu pun kita. Ketika kita memiliki satu karakter, satu kebiasaan, satu perilaku yang susah sekali untuk diobati, susah sekali untuk, euu, apa, katakanlah, tanda kutip,*

sembuh, dari kebiasaan buruk kita. Maka, mencobalah melakukan sesuatu yang kira-kira pada posisi itu kita tidak senang. Jadi, belajarnya begitu. Belajar, kalau anda tidak senang menjadi pendengar, senangnya menjadi pembicara, pokoknya harus berlatih seketika dengarkan orang yang anda benci ketika dia bicara. Coba bertahan, begitu. Itu adalah salah satu cara terapinya."

Penekanan yang dilakukan oleh konselor menggambarkan upaya untuk memabwa partisipan pada suatu pemahaman dalam kesadaran yang tinggi bahwa sabar adalah sebuah proses tiada akhir. Oleh sebab itu, setiap partisipan diingatkan untuk terus memperbaharui energi kesabarannya sebelum benar-benar habis. Sebab, jika energi kesabarannya benar-benar habis maka akan menjadi sesuatu sulit untuk mengisinya kembali (OBS.37.11.15).

5. Situasi dan Refleksi pada Tahapan Doa Penutup

Pada Sesi Pertama, konselor Guru BK membacakan doa dan tidak meminta diikuti oleh partisipan. Partisipan hanya mendengarkan dan mengaminkan saja. Melalui mengamatan video rekaman Sesi Pertama, terobservasi partisipan menundukkan kepala ketika dibacakan doa oleh konselor. Berbeda dengan Sesi Pertama, pada Sesi Kedua ini konselor mengajak partisipan untuk membacakan doa bersama-sama dan membaca terjemahnya juga bersama-sama. Melalui mengamatan video rekaman Sesi Kedua, terobservasi partisipan bersama-sama membaca doa yang ditampilkan dalam screen LCD Projector (OBS.13.10.15).

Berbeda dengan dua sesi sebelumnya, pada Sesi Ketiga konselor mengajak partisipan untuk membacakan doa bersama-sama dan meminta seorang partisipan untuk membaca terjemahnya sedangkan yang lain menyimaknya. Doa pada Sesi Ketiga ini tidak ditampilkan melalui *screen* LCD Projector (OBS.18.10.15) melaikan disalin dalam lembaran doa yang sudah dibagikan sejak awal masuk. Pada Sesi Keempat juga sama, konselor tidak dapat membacakan atau meminta partisipan untuk membaca doa penutup sesi. Konselor hanya menyarankan agar doa yang sudah dibagikan dibaca di rumah masing-masing (OBS.23.11.15). Demikian jua pada sesi-sei berikutnya, konselor mengajak semua partisipan untuk membacakan doa penutup bersama-sama. Berdasarkan obervasi dan analisa

rekaman video, para partisipan sangat serius membaca doa penutup dan terjemahannya secara bersama-sama (OBS.28.11.15), (OBS.32.11.15). Suasana yang terjadi pada tahap berdoa tidak jauh berbeda dengan sesi-sesi sebelumnya. Partisipan membaca doa bersama dengan terjemahannya. Seperti biasa, konselor mengajak semua partisipan untuk membacakan doa penutup bersama-sama. Berdasarkan observasi dan analisa rekaman video, para partisipan sangat serius membaca doa penutup dan terjemahannya secara bersama-sama (OBS.38.11.15).

E. Evaluasi dan Refleksi Implementasi

Proses eveluasi akan dilakukan oleh guru dan atau wali kelas. Pada Sesi Pertama ini, evaluasi dari guru atau wali kelas tidak lakukan karena teknis, tidak ada guru yang memiliki waktu luang untuk mengobservasi langsung bersama peneliti dan konselor sekolah. Walaupun demikian, proses bimbingan pada Sesi Pertama ini diikuti juga Koordinator BK, Guru BK, dan peneliti sehingga masing-masing memberikan masukan. Hasil evaluasi bersama (INT.32.10.15-FGD) disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai dapat memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk memasuki tema "*Mengapa harus Bersabar?*" Namun, konselor dinilai belum dapat mengelola waktu sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan karena terlalu banyak berkomunikasi dalam satu arah.
2. Konselor dinilai belum dapat memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkaitan dengan doa dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalaman bersabar dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah, rumah, maupu di lingkungan yang lebih luas.
3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS Al-A'raf [7]: 117-126 dan QS. Al-Baqarah [2]: 249-252 dan menyampaikan pesan-pesan ayat tetapi aktivitas diskusi tidak terfasilitasi.

4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen untuk mengubah cara pandang tentang sabar dan manfaat sabar.
5. Konselor dinilai dapat membimbing siswa untuk berdoa dalam suasana penuh kesungguhan.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Pertama, terkumpul tema-tema yang diangap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, antara lain:

1. Proses bimbingan dan konseling dengan memperdengarkan murattal Al-Quran dan mengambil pelajaran dari ayat-ayatnya memberikan suasana baru.
2. Partisipan mengaku merasakan perubahan tentang pemahaman hakikat sabar.
3. Konselor dinilai mampu membawakan materi-materi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran.
4. Partisipan tertarik untuk mengikuti bimbingan pada sesi berikutnya.

Walaupun konselor belum dapat mengelola waktu sesuai dengan Rencana Pelaksananan Layanan, tetapi implementasi bimbingan terus diperbaiki dengan meminta masukan dan refleksi dari Koordinator BK dan guru BK yang lain. Cara ini sangat bermanfaat untuk memperbaiki kekeliruan dan melengkapi yang kurang. Selain itu, masukan dan pendapat dari Koordinator BK dan guru BK yang lain bermanfaat juga untuk mempertahankan hal-hal yang sudah baik atau meningkatkannya.

Pada Sesi Kedua, evaluasi tidak hanya dari peneliti dan konselor sekolah, tetapi juga oleh seorang guru dan seorang staf TU di Ruangan BK yang sengaja mengikuti sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Hasil evaluasi bersama (INT.33.10.15-FGD) disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai mampu memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk menyelami tema "*Jadilah Manusia Langit!*". Teknik menstimulasi partisipan untuk bertanya dan melemparkan jawaban pertanyaan kepada partisipan lain yang dilakukan sepanjang proses bimbingan cukup efektif untuk memfasilitasi tahap diskusi yang pada Sesi Pertama tidak terfasilitasi.

2. Konselor dinilai mampu memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkaitan dengan tawakal dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalaman bertawakal.
3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS. Al-Hadid [57]: 22; QS. Yunus [10]: 61; Al-'Ankabut [29]: 57-59 . dan menyampaikan pesan-pesan ayat.
4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen pada upaya mewakilkan urusan hiduo kepada Allah SWT yang disertai usaha nyata yang optimal.
5. Konselor dinilai mampu membimbing siswa untuk berdoa dalam suasana kesungguhan.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Kedua, terkumpul tema-tema yang dianggap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, antara lain:

1. Proses bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran cukup membantu menjawab persoalan hidup yang sering dihadapi dalam kehidupan sehari-hari dan kaitannya dengan manfaat bersabar.
2. Hal yang paling menarik dari adalah mendengarkan lantunan murattal Al-Quran dengan suara menyentuh hati.
3. Materi ayat Al-Quran yang ditampilkan melalui *screen* kurang menarik.
4. Diskusi untuk memecahkan masalah dapat dilakukan sepanjang proses bimbingan.
5. Partisipan berkomitmen untuk terus mengikuti proses bimbingan bimbingan pada sesi berikutnya.

Berdasarkan hasil evaluasi untuk Sesi Kedua, peneliti dan konselor sekolah bersepakat untuk mengoptimalkan durasi waktu 1x45 menit dengan cara meringkas sebagian materi sesi-sesi berikutnya dalam bentuk buku saku yang dibagikan beberapa hari sebelum sesi berikutnya dilaksanakan. Selanjutnya, untuk memudahkan partisipan menyimak sambil membaca ayat-ayat dan membaca artinya, baik kata-kata perkata atau terjemah langsung, maka mulai Sesi Ketiga,

ayat-ayat yang ditadabburi difotokopi sesuai aslinya dan dibagikan kepada semua partisipan.

Berdasarkan evaluasi (INT.34.11.15-FGD) untuk Sesi Ketiga disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai mampu memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk menyelami tema "*Ilmu Sebelum Sabar*". Kepuutusan untuk meringkas materi dalam bentuk cerita dan dibukusakukan dinilai membantu ketersediaan waktu yang diberikan manajemen sekolah, yang asalnya 2x45 menit menjadi 1x45 menit.
2. Konselor dinilai mampu memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkaitan dengan manfaat mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalamannya tersebut.
3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS. Al-Kahfi [18]: 60-82 yang pada sesi ini dituangkan dalam salinan ayat dan terjemahnya pada lembaran kertas. Konselor juga mampu mengantarkan cerita dengan teknik mendongeng sehingga menarik perhatian partisipan. Konselor juga mampu menyampaikan pesan-pesan ayat.
4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen pada upaya mewakilkan urusan hiduo kepada Allah SWT yang disertai usaha nyata yang optimal.
5. Konselor dinilai mampu membimbing siswa untuk berdoa dalam suasana kesungguhan.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Ketiga, terkumpul tema-tema yang dianggap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, antara lain:

1. Konselor dinilai baik dalam memandu proses bimbingan.

2. Partisipan sudah mencoba untuk mentadabburi Al-Quran di luar proses bimbingan di sekolah.
3. Partisipan berkomitmen untuk terus mengikuti proses bimbingan bimbingan pada sesi berikutnya.
4. Sebagian partisipan menginginkan adanya kesempatan berkonsultasi secara pribadi.

Sesi ini berbeda dari dua sesi sebelumya karena durasi waktu yang tersedia hanya 1x45 menit. Waktu yang relatif singkat jika dibandingkan dengan materi bimbingan yang harus disiapkan dalam Rencana Pelaksanaan Layanan. Oleh sebab itu, konselor berpikir keras untuk mengoptimalkan kesempatan yang tersedia walaupun hanya setangahnya dari yang sudah dilakukan pada dua sesi sebelumnya.

Berdiskusi dengan Koordinator BK dan guru BK yang lain menjadi wahana evaluasi yang sangat baik karena bimbingan harus tetap dilaksanakan walaupun situasi dan kondisi yang terjadi di luar kontrol peneliti mengubah rencana yang telah dirancang sejak awal. Prinsip fleksibelitas dalam rancangan Rencana Pelaksanaan Layanan perlu diterapkan pada berbagai pendekatan bimbingan, termasuk pada Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran ini. Ketiadaan fleksibiltas akan berakibat pada kemandegan dan kekakuan sehingga tujuan menjadi tidak tercapai.

Berikutnya berdasarkan evaluasi (INT.35.11.15-FGD) untuk Sesi Keempat disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai mampu memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk menyelami tema "*Tahanlah, Jangan Diledakkan!*".
2. Konselor dinilai mampu memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkaitan menahan gejolak pada guncangan pertama dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalamannya tersebut.

3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS. Yusuf [12]: 1-20, dan QS. Yusuf [12]: 77-100 yang pada sesi ini dituangkan dalam fokokopi Mushaf Terjemah Per Kata dan Terjemah Per Ayat. Konselor juga mampu mengantarkan cerita dengan teknik mendongeng sehingga menarik perhatian partisipan setelah memperdengarkan murattal yang sesuai dengan kondisi psikologis tokoh yang dikisahkan sangat berpengaruh pada perasaan partisipan. Konselor juga mampu menyampaikan pesan-pesan ayat.
4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen pada upaya menahan gejolak ketidaksabaran dan guncangan pertama.
5. Setidaknya konselor dinilai mampu mengisi kesempatan yang sempit untuk mengingatkan siswa berdoa daripada tidak sama sekali.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Ketiga, terkumpul tema-tema yang dianggap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, antara lain:

1. Murattal Syaikh Nashir Qithami sangat menyentuh perasaan keumuman partisipan. Tapi karena terlalu panjang, seorang partisipan mengaku bahwa lama kelamaan jadi mengantuk
2. Partisipan berkomitmen untuk terus mengikuti proses bimbingan bimbingan pada sesi berikutnya.
3. Partisipan merasa terinspirasi oleh kesabaran Nabi Yusuf dan Nabi Yaqub.

Sampai pada Sesi Keempat, manajemen waktu masih menjadi kendala yang mewarnai ketidaklengkapan proses Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Walaupun demikian, intervensi nampaknya sudah mulai memberikan pengaruh kepada para partisipan.

Selanjutnya, merujuk pada hasil evaluasi (INT.36.11.15-FGD) untuk Sesi Kelima disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai mampu memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk menyelami tema "*Sabar dalam Taat*".

2. Konselor dinilai mampu memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkaitan bersabar dalam melaksanakan ketaatan dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalamannya tersebut.
3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS. Ibrahim [14]: 35-41 dan QS. Fushshilat [37]: 102-110. Konselor juga mampu mengantarkan cerita dengan teknik mendongeng sehingga menarik perhatian. Konselor juga mampu menyampaikan pesan-pesan ayat yang diselipi diskusi.
4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen pada upaya bersabar untuk mematuhi segala aturan yang mengikatnya, kapanpun dan di manapun.
5. Konselor dinilai mampu membimbing siswa untuk berdoa dalam suasana kesungguhan.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Ketiga, terkumpul tema-tema yang dianggap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, antara lain:

1. Kemampuan konselor dalam memandu Bimbingan dengan tadabbur Al-Quran cukup mendalam.
2. Partisipan mengaku butuh pembimbing yang mampu membimbing dengan Al-Quran dalam mengarungi kehidupan yang lebih baik.
3. Partisipan merasakan manfaat dan sudah mulai mencobakan cara-cara untuk bersabar dalam kehidupan sehari-hari sebagaimana dibimbingan oleh konselor selama proses Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran.
4. Partisipan tetap berkomitmen untuk mengikuti proses bimbingan sampai selesai.

Sampai pada Sesi Kelima, pengelolaan waktu sesuai dengan Rencana Pelaksanaan Layanan masih menjadi sesuatu yang sulit diwujudkan. Namun, dari semua kendala-kendala yang muncul dalam proses bimbingan menjadi dinamika tersendiri untuk sekadar melepaskan kondisi yang terjadi dari sebutan monoton.

Di tengah dinamika yang muncul, hal utama yang pantas untuk dipertahankan adalah konsistensi partisipan untuk mengikuti proses bimbingan dan respon partisipan terhadap materi-materi bimbingan, dari satu sesi ke sesi berikutnya terus mengalami peningkatan.

Adapun, evaluasi (INT.37.11.15-FGD) untuk Sesi Kelima disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai mampu memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk menyelami tema "*Bertemanlah dengan Para Penyabar!*".
2. Konselor dinilai mampu memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkaitan pengaruh teman yang menyebabkan menjadi tidak sabar dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalamannya tersebut.
3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS. Al-Kahfi [18]: 28-31 dan QS. At-Taubah [9]: 119. Konselor juga mampu menyampaikan pesan-pesan ayat yang diselipi diskusi.
4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen pada upaya bersabar untuk berteman dan berada di lingkungan yang dapat menguatkan kesabaran.
5. Konselor dinilai mampu membimbing siswa untuk berdoa dalam suasana penuh kesungguhan.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Ketiga, terkumpul tema-tema yang dianggap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, antara lain:

1. Ilustrasi yang dibuat konselor tepat dengan masalah yang dirasakan partisipan.
2. Istilah-istilah yang digunakan konselor dapat dimengerti.
3. Partisipan tetap komitmen untuk mengikuti bimbingan hingga sesi akhir.

Sampai pada Sesi Keenam, antusiasme partisipan masih relatif tinggi dan menjadi penanda kesiapan partisipan untuk langsung masuk pada Tahap *Reading Scripture*. Dalam dinamika yang muncul, perlakukan untuk mengembangkan karakter sabar mengindikasikan mencapai tujuannya.

Terakhir, evaluasi (INT.38.12.15-FGD) untuk Sesi Ketujuh disimpulkan bahwa:

1. Konselor dinilai mampu memanfaatkan kesempatan pada tahap pendahuluan untuk membangun suasana keterlibatan siswa untuk menyelami tema "*Berdoalah Memohon Kekuatan Sabar*".
2. Konselor dinilai mampu memanfaatkan setiap celah untuk menstimulasi pikiran dan perasaan partisipan untuk dan memediasi pengalaman partisipan yang berkataina dengan doa dan mengidentifikasi norma-norma yang dianut partisipan terkait pengalaman berdoa.
3. Konselor dinilai mampu membawa siswa untuk berkontemplasi dan fokus membaca dan menyimak ayat QS Al-A'raf [7]: 117-126 dan QS. Al-Baqarah [2]: 249-252 dan menyampaikan pesan-pesan ayat.
4. Konselor dinilai mampu menavigasi partisipan untuk berkomitmen pada penyerahan diri dan bermohon kesabaran kepada Allah SWT.
5. Konselor dinilai mampu membimbing siswa untuk berdoa dalam suasana kesungguhan.

Berdasarkan hasil analisa terhadap catatan-catatan testimoni partisipan setelah mengikuti Sesi Ketujuh, terkumpul tema-tema yang dianggap refleksi bagi pelaksanaan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, antara lain:

1. Partisipan merasakan kesabarannya terus mengalami peningkatan secara bertahap.
2. Isi doa-doa yang dipanjatkan bersama konselor relevan dengan apa yang dibutuhkan oleh jiwa dan sangat menyentuh.
3. Secara keseluruhan, Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran sangat menarik dan manfaatnya langsung bisa dirasakan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Jika suatu hari menghadapi kejadian yang menguji kesabaran, partisipan berkomitmen untuk mengingat cara-cara yang telah dibimbingkan selama tujuh sesi dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran.

Sampai pada Sesi Ketujuh, secara keseluruhan proses bimbingan telah selesai. Hasil evaluasi dengan Koordinator BK dan Guru BK yang lain telah menghasilkan kesimpulan bahwa proses bimbingan telah dilaksanakan dengan baik. Demikian pula berdasarkan refleksi dari partisipan melalui testimoni-testimoni yang dituliskan setiap selesai satu sesi, secara bertahap partisipan merasakan perubahan dan mendapatkan manfaat dari bimbingan ini. Dinamika selama proses memang terjadi, tetapi tujuan yang diinginkan dari bimbingan ini dinilai telah tercapai. Namun demikian, semua hasil evaluasi dan refleksi dihubungkan dengan hasil uji efektivitas.

F. Hasil Uji Empirik Keefektifan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja

Merujuk pada desain *Quasi-Experimental* dengan tipe *Interpretable Nonequivalent Group Design*, yaitu *the pretest-posttest design* atau disebut juga *pretest-posttest control group desain*, *pretest* untuk kedua kelompok diberikan sebelum perlakuan diberikan kepada kelompok eksperimen. Sedangkan data *posttest* dilakukan sepekan setelah sesi terakhir bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran diberikan. Dengan beragam dinamikanya, mulai dari pengolahan data *pretest* dan dilanjutkan dengan pemberian tujuh kali sesi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, jarak antara *pretest* dan *posttest* adalah empat bulan setengah atau delapan belas pekan, dari medio Agustus 2015 sampai dengan medio Desember 2015.

Setelah data *pretest* dan *posttest* diuji perbedaannya secara statistik dan divalidasi secara kualitatif, tim promotor menginstruksikan kepada peneliti untuk memberikan *posttest* yang kedua kepada kedua kelompok. Pemberian *posttest* kedua ini merupakan pengembangan yang bertujuan untuk mengetahui seberapa lama bertahananya efek dari bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran terhadap kesabaran para partisipan dari kelompok eksperimen. *Posttest* kedua

diberikan empat bulan setelah *posttest* pertama, yaitu pada medio April 2016. Jumlah responden yang disertakan dalam data *pretest – postest 1 – posttest 2* adalah 30 orang. Jumlah ini berkurang tiga responden dari jumlah pada saat *pretest*, yaitu sebanyak 33 orang. Adapun input data dilampirkan pada Lampiran 7 dari laporan penelitian ini.

1. Uji Normalitas Data

Sebelum data hasil intervensi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja pada siswa Kelas XII MAN 1 Bandung Angkatan 2013 diolah lebih lanjut, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dengan menggunakan statistik uji Z Kolmogorov-Smirnov (p>0,05). Hasil pengujian *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa data tersebut memiliki distribusi normal, sebagaimana disajikan pada Tabel 4.3 berikut ini.

Tabel 4.3
Hasil Pengujian Normalitas Data *Pretest* dan *Posttest*
Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Kelompok Data	Variabel	Pengukuran	Z	Nilai p	Keterangan
Kontrol	Sabar Hati	Pretest	1,155	0,139	Normal
		Posttest 1	0,986	0,285	Normal
		Postetst 2	0,640	0,807	Normal
	Sabar Pikiran	Pretest	0,577	0,894	Normal
		Posttest 1	0,519	0,951	Normal
		Posttest 2	0,555	0,917	Normal
	Sabar Lisan	Pretest	0,702	0,708	Normal
		Posttest 1	0,984	0,288	Normal
		Posttest 2	0,715	0,686	Normal
	Sabar Jawarih	Pretest	0,751	0,625	Normal
		Posttest 1	0,969	0,305	Normal
		Posttest 2	0,659	0,778	Normal
	Kesabaran Total	Pretest	0,919	0,368	Normal
		Posttest 1	0,903	0,389	Normal
		Posttest 2	0,827	0,500	Normal

Ekseperimen	Sabar Hati	Pretest	1,210	0,107	Normal
		Posttest 1	1,102	0,176	Normal
		Postetst 2	0,867	0,440	Normal
	Sabar Pikiran	Pretest	0,480	0,975	Normal
		Posttest 1	0,674	0,754	Normal
		Posttest 2	0,635	0,815	Normal
	Sabar Lisan	Pretest	0,408	0,996	Normal
		Posttest 1	0,586	0,882	Normal
		Posttest 2	0,768	0,597	Normal
	Sabar Jawarih	Pretest	0,509	0,958	Normal
		Posttest 1	0,568	0,904	Normal
		Posttest 2	0,640	0,807	Normal
	Kesabaran	Pretest	0,675	0,752	Normal
		Posttest 1	0,551	0,922	Normal
		Posttest 2	0,732	0,658	Normal

Hipotesis:

H_0 : Data berdistribusi normal

H_1 : Data tidak berdistribusi normal

Dengan $\alpha = 0,05$, untuk menentukan apakah data berdistribusi normal atau tidak yaitu dengan cara membandingkan nilai p dengan $\alpha = 0,05$. Apabila nilai p lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan artinya data berdistribusi normal.

Berdasarkan data pada Tabel 4.3, diketahui bahwa hasil pengujian normalitas data status kesabaran remaja dan dimensi kesabaran pada siswa Kelas XII MAN 1 Kota Bandung Angkatan 2013 menunjukkan data berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat dari nilai p masing-masing kelompok data yang lebih besar dari $\alpha = 0,05$, yang berarti H_0 diterima dan data berdistribusi normal. Dengan demikian, pengujian selanjutnya dapat menggunakan statistik parametrik.

2. Perbandingan Status Kesabaran Remaja dan Dimensi Kesabaran pada Siswa Kelompok Kontrol

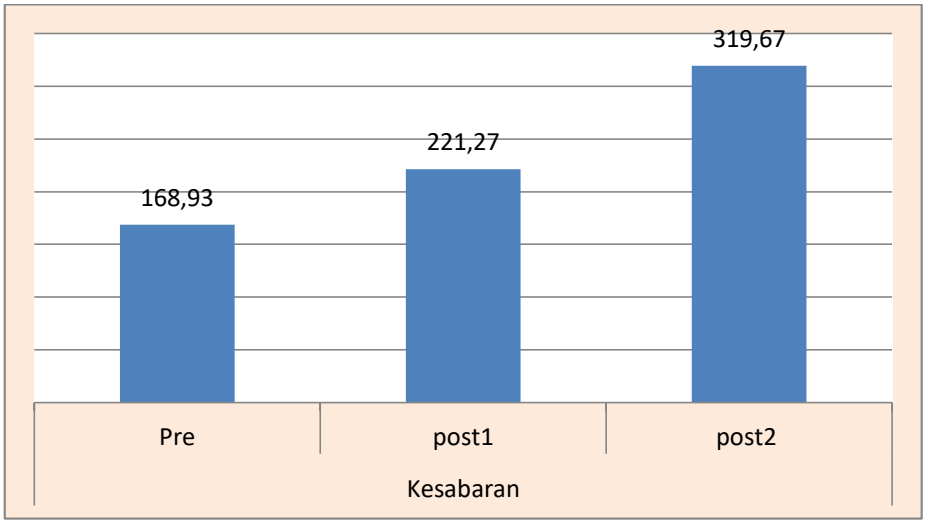
a. Hasil Deskriptif Pretest dan Posttest

Tabel 4.4
Statistik Deskriptif Data *Pretest-Posttest* pada Siswa Kelompok Kontrol

Descriptive Statistics

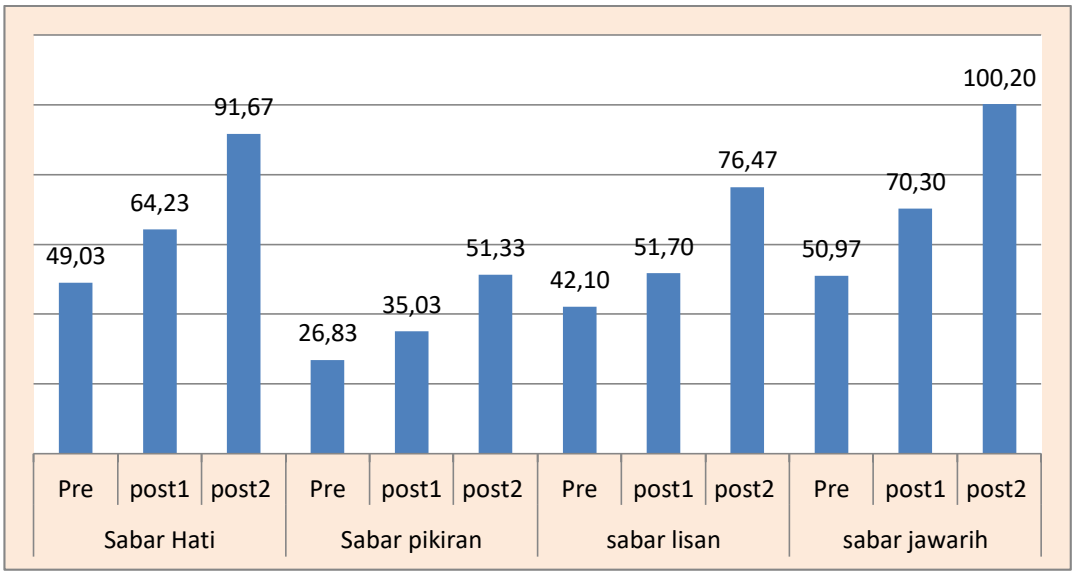
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Sabar Hati	30	35,00	95,00	49,0333	13,16862
Pre Sabar pikiran	30	17,00	47,00	26,8333	6,77767
Pre sabar lisan	30	28,00	55,00	42,1000	6,08191
Pre sabar jawarih	30	36,00	85,00	50,9667	9,17825
Pre Kesabaran	30	131,00	256,00	168,9333	28,89569
Post1 Sabar Hati	30	42,00	76,00	64,2333	8,74814
Post1 Sabar pikiran	30	21,00	46,00	35,0333	5,69624
Post1 sabar lisan	30	37,00	62,00	51,7000	6,47089
Post1 sabar jawarih	30	46,00	87,00	70,3000	10,12729
Post1 Kesabaran	30	156,00	261,00	221,2667	28,14119
Post2 Sabar Hati	30	81,00	103,00	91,6667	5,33261
Post2 Sabar pikiran	30	37,00	60,00	51,3333	5,33908
Post2 sabar lisan	30	62,00	88,00	76,4667	5,88237
Post2 sabar jawarih	30	88,00	117,00	100,2000	7,18427
Post2 Kesabaran	30	286,00	368,00	319,6667	18,96336
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan Tabel 4.4, diketahui bahwa hasil *pretest* kesabaran siswa menunjukkan rata-rata sebesar 168,93 dengan standar deviasi sebesar 28,90. Sedangkan rata-rata hasil *posttest* 1, kesabaran siswa menunjukkan rata-rata sebesar 221,27 dengan standar deviasi sebesar 28,14. Dan rata-rata hasil *posttest* 2, kesabaran siswa menunjukkan rata-rata sebesar 319,67 dengan standar deviasi sebesar 18,96. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor kesabaran dari *pretest* ke *posttest* 1 dan *posttest* 2 pada kelompok kontrol. Perbandingan rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* dapat digambarkan seperti nampak pada Grafik 4.11 berikut.



Grafik 4.11
Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Meningkatnya rata-rata kesabaran remaja dari status rendah setelah *pretest*, lalu naik ke status sedang setelah *posttest* 1 dan naik lagi ke status tinggi setelah *posttest* 2 berdampak pula pada peningkatan status kesabaran pada masing-masing dimensi. Peningkatan itu terjadi setelah *posttest* 1 dan *posttest* 2. Gambaran peningkatan tersebut dapat terlihat pada Grafik 4.12 berikut.



Grafik 4.12
Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest*
Berdasarkan Dimensi Kesabaran pada Kelompok Kontrol

b. Uji Beda Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol

Selanjutnya untuk mengetahui kebermaknaan dari peningkatan status kesabaran pada Kelompok Kontrol setelah *posttest* 1 dan *posttest* 2, dilakukan uji beda. Pengujian tersebut dilakukan untuk mengetahui apakah perbedaan antar rata-rata tersebut signifikan atau tidak. Hipotesis awal (H_0) ditempatkan pada tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($H_0 : \mu = \mu1 = \mu2$). Sedangkan pada hipotesis alternatif (H_1) adalah sebaliknya, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan ($H_1 : \mu \neq \mu1 \neq \mu2$).

Setelah dilakukan pengujian perbedaan (Uji-t) berpasangan melalui bantuan *SPSS Versi 20.0 for Windows*, diperoleh hasil sebagaimana ditampilkan pada Tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 4.5
Uji Beda Berpasangan pada Kelompok Kontrol

Dimensi	Pangujian	Rerata Pretest	Rerata Posttest 1	Rerata Posttest 2	Perolehan (Gain)	T_{hitung}	Sig	Keterangan
Sabar Hati	Pre-Post1	49,03	64,23	-	15,20	-4,874	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	49,03	-	91,67	42,63	-15,131	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	64,23	91,67	27,43	-15,376	0,000	Signifikan
Sabar Pikiran	Pre-Post1	26,83	35,03	-	8,20	-4,513	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	26,83	-	51,33	24,50	-13,182	0,000	Signifikan
	Post1-Post2		35,03	51,33	16,30	-16,625	0,000	Signifikan
Sabar Lisan	Pre-Post1	42,10	51,70	-	9,60	-5,973	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	42,10	-	76,47	34,37	-21,928	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	51,70	76,47	24,77	-15,706	0,000	Signifikan
Sabar Jawarih	Pre-Post1	50,97	70,30	-	19,33	-7,086	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	50,97	-	100,20	49,23	-20,388	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	70,30	100,20	29,90	-15,106	0,000	Signifikan
Kesabaran Total	Pre-Post1	168,93	221,27	-	52,33	-6,427	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	168,93	-	319,67	150,73	-21,809	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	221,27	319,67	98,40	-18,156	0,000	Signifikan

Berdasarkan Tabel 4.5, diketahui bahwa semua nilai *p-value* adalah sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan alpha, nilai tersebut lebih kecil (0,000 < 0,05) yang menyatakan H_0 ditolak. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang

signifikan status kesabaran remaja pada siswa Kelas Kontrol (Kelas Agama A Angkatan 2013) secara keseluruhan yang mencakup Sabar Hati, Sabar Pikiran, Sabar Lisan dan Sabar Jawarih antara *pretest* dan *postest* 1, antara *pretest* dan *posttest* 2 dan juga antara hasil *posttest* 1 dan *posttest* 2.

Walaupun tidak mendapatkan perlakuan melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, tetapi status kesabaran remaja pada Kelas Kontrol menunjukkan *trend* yang meningkat. Fenomena ini tentu menimbulkan pertanyaan yang mendasar untuk dicarikan jawabannya. Pencarian jawaban atas fenomena tersebut sudah dilakukan secara kualitatif dan akan dijelaskan pada bagian validasi kualitatif terhadap hasil uji efektivitas.

3. Perbandingan Status Kesabaran Remaja dan Dimensi Kesabaran pada Kelompok Eksperimen

a. Hasil Deskriptif Pretest dan Posttest

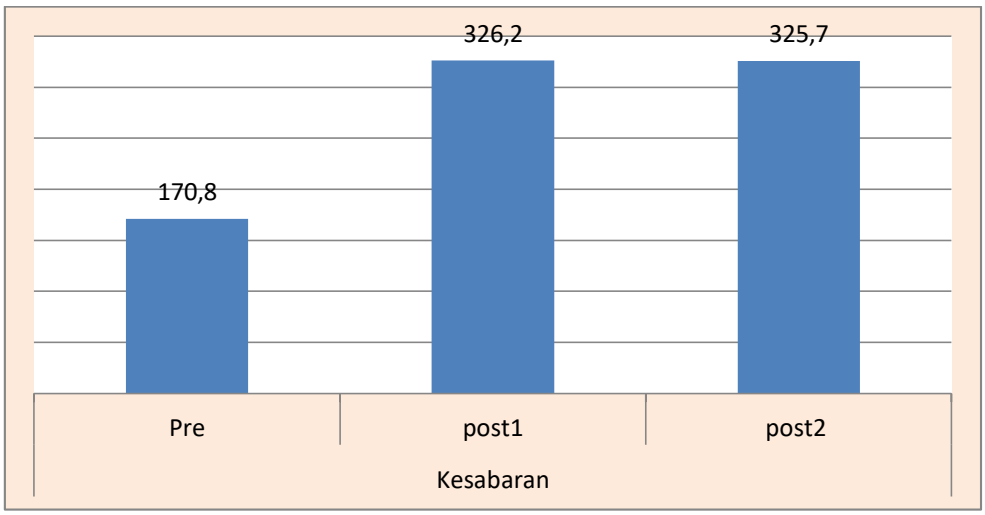
Tabel 4.6
Statistik Deskriptif Data *Pretest-Postest* pada Kelompok Eksperimen

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre Sabar Hati	30	43,00	67,00	50,3333	6,35357
Pre Sabar pikiran	30	19,00	40,00	27,3000	5,68210
Pre sabar lisan	30	29,00	54,00	39,7667	6,77054
Pre sabar jawarih	30	37,00	74,00	53,4333	8,41871
Pre Kesabaran	30	138,00	221,00	170,8333	21,84914
post1 Sabar Hati	30	73,00	108,00	93,3667	8,28577
post1 Sabar pikiran	30	42,00	62,00	52,0667	5,13227
post1 sabar lisan	30	62,00	91,00	79,3333	6,53549
post1 sabar jawarih	30	85,00	118,00	101,4000	8,07123
post1 Kesabaran	30	277,00	374,00	326,1667	23,51387
post2 Sabar Hati	30	83,00	102,00	93,8667	5,23077
post2 Sabar pikiran	30	40,00	63,00	51,5000	6,69405
post2 sabar lisan	30	58,00	91,00	79,3667	7,34135
post2 sabar jawarih	30	88,00	118,00	100,9667	7,68556
post2 Kesabaran	30	287,00	367,00	325,7000	21,55530
Valid N (listwise)	30				

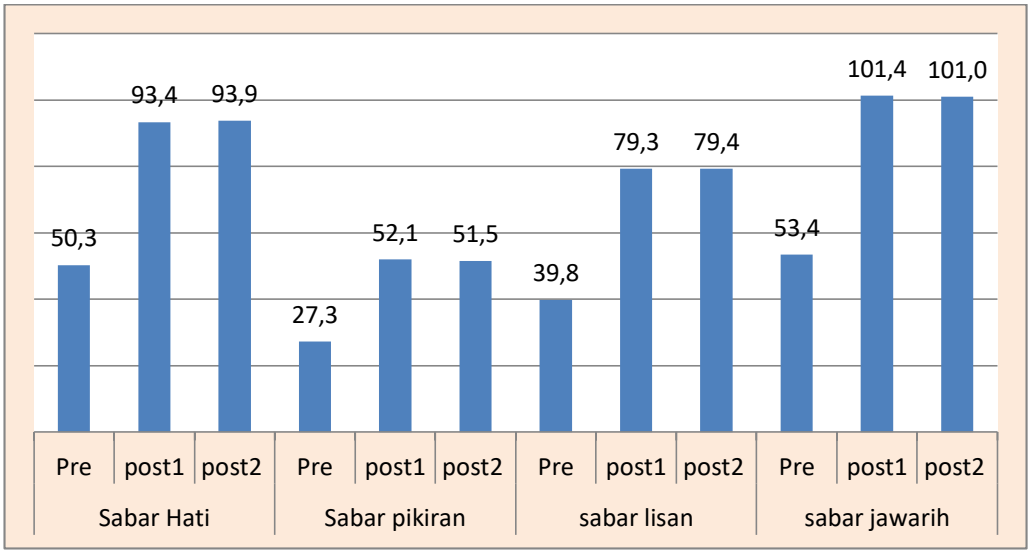
Berdasarkan Tabel 4.6, diketahui bahwa hasil *pretest* kesabaran siswa menunjukkan rata-rata sebesar 170,83 dengan standar deviasi sebesar 21,85. Sedangkan rata-rata hasil *posttest* 1, kesabaran siswa menunjukan rata-rata sebesar 326,17 dengan standar deviasi sebesar 23,51. Rata-rata hasil *posttest* 2,

kesabaran siswa menunjukkan rata-rata sebesar 325,70 dengan standar deviasi sebesar 21,56. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor kesabaran dari *pretest* ke *posttest* 1. Namun, dari *posttest* 1 ke *posttest* 2 hampir memiliki nilai rata-rata yang sama. Dengan kata lain, hampir tidak terjadi peningkatan. Perbandingan rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* dapat digambarkan seperti nampak pada Grafik 4.13 berikut ini.



Grafik 4.13
Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest*
pada Kelompok Eksperimen

Begitu pula dengan masing-masing dimensi kesabaran yang juga menunjukkan peningkatan dari *pretest* ke *posttest*1 dan cenderung memiliki nilai rata-rata yang sama dari *posttest* 1 ke *posttest* 2. Gambaran peningkatan tersebut dapat dilihat pada Grafik 4.14 berikut ini.



Grafik 4.14
Perbandingan Rata-rata Hasil *Pretest* dan *Posttest*
Berdasarkan Dimensi Kesabaran pada Kelompok Eksperimen

b. Uji Beda Pretest dan Posttest pada Kelompok Eksperimen

Selanjutnya untuk mengetahui kebermaknaan dari peningkatan status kesabaran pada Kelompok Kontrol setelah *posttest* 1 dan *posttest* 2, dilakukan uji beda. Pengujian tersebut dilakukan untuk mengetahui apakah perbedaan antar rata-rata tersebut signifikan atau tidak. Hipotesis awal (H_0) ditempatkan pada tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($H_0 : \mu = \mu1 = \mu2$). Sedangkan pada hipotesis alternatif (H_1) adalah sebaliknya, yaitu terdapat perbedaan yang signifikan ($H_1 : \mu \neq \mu1 \neq \mu2$).

Setelah dilakukan pengujian perbedaan (Uji-t) berpasangan melalui bantuan *SPSS Versi 20.0 for Windows*, diperoleh hasil sebagaimana ditampilkan pada Tabel 4.7 berikut ini.

Tabel 4.7
Uji Beda Berpasangan Kelompok Eksperimen

Dimensi	Pengujian	Rerata Pretest	Rerata Posttest 1	Rerata Posttest 2	Perolehan (Gain)	T_{hitung}	Sig	Keterangan
Sabar Hati	Pre-Post1	50,33	93,37	-	43,03	-25,062	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	50,33	-	93,87	43,53	-27,748	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	93,37	93,87	0,50	-0,291	0,773	Tidak Signifikan
Sabar Pikiran	Pre-Post1	27,30	52,07	-	24,77	-15,046	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	27,30	-	51,50	24,20	-13,654	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	52,07	51,50	-0,57	0,580	0,566	Tidak Signifikan
sabar Lisan	Pre-Post1	39,77	79,33	-	39,57	-21,253	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	39,77	-	79,37	39,60	-17,856	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	79,33	79,37	0,03	-0,024	0,981	Tidak Signifikan
sabar Jawarih	Pre-Post1	53,43	101,40	-	47,97	-19,205	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	53,43	-	100,97	47,53	-18,423	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	101,40	100,97	-0,43	0,329	0,744	Tidak Signifikan
Kesabaran	Pre-Post1	170,83	326,17	-	155,33	-25,276	0,000	Signifikan
	Pre-Post2	170,83	-	325,70	154,87	-22,786	0,000	Signifikan
	Post1-Post2	-	326,17	325,70	-0,47	0,105	0,917	Tidak Signifikan

Berdasarkan Tabel 4.7, diketahui bahwa semua nilai *p-value* pada pengujian antara skor *pretest* dan *posttest* 1 sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan alpha, nilai tersebut lebih kecil (0,000 < 0,05) yang menyatakan H_0 ditolak. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan status kesabaran siswa secara keseluruhan, kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran jawarih antara *pretest* dan *postest*1.

Sedangkan nilai *p-value* pada pengujian antara skor *posttest* 1 dan *posttest* 2 memiliki nilai P > 0,05 yang menyatakan H_0 diterima. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan status kesabaran siswa secara keseluruhan, kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran jawarih antara skor *posttest* 1 dan *posttest* 2.

Meningkatnya status kesabaran remaja pada Kelompok Eksperimen yang ditunjukkan oleh perbedaan signifikan antara rata-rata *pretest* dengan *posttest* 1 menunjukkan bahwa perlakuan melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran efektif untuk meningkatkan kesabaran remaja. Tetapi, tidak terdapat

perbedaan yang signifikan antara rata-rata *posttest* 1 dengan *posttest* 2, menunjukkan bahwa secara secara statistik, Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran tidak efektif untuk meningkatkan kesabaran remaja.

Fenomena ini tentu menarik untuk didalami mengenai dinamika yang terjadi malalui analisa secara naturalistik. Proses pencarian jawaban atas fenomena tersebut sudah dilakukan secara kualitatif dan dijelaskan pada bagian validasi kualitatif terhadap hasil uji efektivitas setelah pembahasan mengenai analisis kovarian pada data posttest berdasarkan kategori pada kelompok perlakuan.

4. Perbandingan Status Kesabaran Remaja Antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Setelah memaparkan gambaran status kesabaran Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperiemen secara deskriptif dan memperbandingkannya melalui uji perbedaan secara parsial, langkah selanjutnya adalah membandingkan status kesabaran antara Kelompok Kontrol dan kelompok Eksperimen melalui uji beda tidak berpasangan. Hasilnya dari uji beda tidak berpasangan tersebut ditampilkan dalam Tabel 4.8 berikut ini.

Tabel 4.8
Uji Beda Tidak Berpasangan
Antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Dimensi	Pengujian	Rerata Kontrol	Rerata Perlakuan	Selisih (Gain)	T_{hitung}	Sig	Keterangan
Sabar Hati	Pretest	49,03	50,33	1,30	0,487	0,628	Tidak Signifikan
	Posttest1	64,23	93,37	29,13	13,243	0,000	Signifikan
	Posttest2	91,67	93,87	2,20	1,613	0,112	Tidak Signifikan
Sabar pikiran	Pretest	26,83	27,30	0,47	0,289	0,774	Tidak Signifikan
	Posttest1	35,03	52,07	17,03	12,168	0,000	Signifikan
	Posttest2	51,33	51,50	0,17	0,107	0,915	Tidak Signifikan
Sabar Lisan	Pretest	42,10	39,77	-2,33	-1,404	0,166	Tidak Signifikan
	Posttest1	51,70	79,33	27,63	16,457	0,000	Signifikan
	Posttest2	76,47	79,37	2,90	1,688	0,097	Tidak Signifikan
Sabar Jawarih	Pretest	50,97	53,43	2,47	1,085	0,283	Tidak Signifikan
	Posttest1	70,30	101,40	31,10	13,154	0,000	Signifikan
	Posttest2	100,20	100,97	0,77	0,399	0,691	Tidak Signifikan
Kesabaran	Pretest	168,93	170,83	1,90	0,287	0,775	Tidak Signifikan
	Posttest1	221,27	326,17	104,90	15,668	0,000	Signifikan
	Posttest2	319,67	325,70	6,03	1,151	0,254	Tidak Signifikan

Berdasarkan Tabel 4.8, dapat diketahui bahwa hasil pengujian *pretest* skor kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan perlakuan memiliki nilai Sig > 0,05 yang menyatakan H_0 diterima. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan *pretest* skor kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan perlakuan. Demikian juga dengan masing-masing skor *pretest* kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran jawarih memiliki nilai Sig > 0,05 yang menyatakan H_0 diterima. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan skor *pretest* pada masing-masing dimensi kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Skor *posttest*1 kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan perlakuan memiliki nilai Sig < 0,05 yang menyatakan H_0 ditolak. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor *posttest*1 kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan eksperimen. Demikian juga dengan masing-masing skor *posttest* 1 kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran

jawarih memiliki nilai Sig> 0,05 yang menyatakan H_0 ditolak. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor *posttest* 1 pada masing-masing dimensi kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan perlakuan.

Skor *posttest* 2 kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan perlakuan memiliki nilai Sig > 0,05 yang menyatakan H_0 diterima. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan skor *posttest*2 kesabaran siswa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Demikian juga dengan masing-masing skor *posttest* 2 kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran jawarih memiliki nilai Sig > 0,05 yang menyatakan H_0 diterima. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan skor *posttest* 2 pada masing-masing dimensi kesabaran siswa antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen.

Berdasarkan hasil analisa statistik dapat disimpulkan bahwa perbedaan yang signifikan antara skor kesabaran Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen terjadi pada *posttest* 1. Dengan kata lain, Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran efektif untuk mengembangkan karakter sabar remaja. Adapun pada *posttest* 2, skor kesabaran Kelompok Kontrol juga meningkat dan hampir menyamai skor Kelompok Eksperimen.

5. Analisa Kovarian Terhadap *Posttest* Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Eksperimen

Demi mendalami efek perlakuan terhadap kesabaran Kelompok Eksperimen, baik dari dimensinya amupun dalam totalitasnya, maka dilakukan analisa kovarian. Dalam hal ini, skor posttest (Y) tidak terlepas dari pretest (X) dan dikatakan bahwa X merupakan kovariat bagi Y. Oleh sebab itu, analisanya melibatkan sifat adanya korelasi antara Y dan X. Berdasarkan hasil penghitungan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20.0 for Windows, diperoleh hasil sebagaimana ditampilkan pada tabel-tabel berikut ini.

Tabel 4.9
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Hati
Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 Sabar Hati

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	12746,658[a]	2	6373,329	86,599	,000
Intercept	15924,093	1	15924,093	216,373	,000
Pre_Hati	15,391	1	15,391	,209	,649
Kelompok	12735,865	1	12735,865	173,052	,000
Error	4194,942	57	73,595		
Total	389508,000	60			
Corrected Total	16941,600	59			

a. R Squared = ,752 (Adjusted R Squared = ,744)

Merujuk pada Tabel 4.9, diketahui bahwa skor *posttest*1 untuk Dimensi Sabar Hati pada Kelompok (Kontrol dan Eksperimen) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nilai *posttest*1 pada Dimensi Sabar Hati antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen.

Tabel 4.10
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Pikiran
Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 Sabar pikiran

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	4526,112[a]	2	2263,056	84,269	,000
Intercept	7673,110	1	7673,110	285,723	,000
Pre_pikiran	174,095	1	174,095	6,483	,014
Kelompok	4411,976	1	4411,976	164,288	,000
Error	1530,738	57	26,855		
Total	119853,000	60			
Corrected Total	6056,850	59			

a. R Squared = ,747 (Adjusted R Squared = ,738)

Merujuk Tabel 4.10, diketahui bahwa skor *posttest*1 untuk Dimensi Sabar Pikiran pada kelompok (Kontrol dan Eksperimen) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan signifikan kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat menunjukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nilai *posttest* 1 pada Dimensi Sabar Pikiran antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen.

Tabel 4.11
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest*1) Sabar Lisan
Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 sabar lisan

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	11471,302[a]	2	5735,651	134,226	,000
Intercept	6664,018	1	6664,018	155,952	,000
Pre_lisan	17,285	1	17,285	,405	,527
Kelompok	10919,276	1	10919,276	255,534	,000
Error	2435,681	57	42,731		
Total	271453,000	60			
Corrected Total	13906,983	59			

a. R Squared = ,825 (Adjusted R Squared = ,819)

Merujuk pada Tabel 4.11, diketahui bahwa skor *posttest*1 untuk Dimensi Sabar Lisan pada Kelompok (Kontrol dan Eksperimen) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan adanya signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat menunjukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nilai *posttest*1 pada Dimensi Sabar Lisan antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen.

Tabel 4.12
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (**Posttest**1) Sabar Jawarih
Berdasarkan Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 sabar jawarih

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	14867,213[a]	2	7433,607	94,066	,000
Intercept	16259,253	1	16259,253	205,748	,000
Pre_jawarih	359,063	1	359,063	4,544	,037
Kelompok	14864,065	1	14864,065	188,093	,000
Error	4504,437	57	79,025		
Total	461585,000	60			
Corrected Total	19371,650	59			

a. R Squared = ,767 (Adjusted R Squared = ,759)

Merujuk pada Tabel 4.12, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Dimensi Sabar Jawarih pada Kelompok (Kontrol dan Eksperimen) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menjunjukkan adanya signifikan kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nilai *posttest* 1 pada Dimensi Sabar Jawarih antara kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen.

Tabel 4.13
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Total Kesabaran

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 Kesabaran

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	166254,015[a]	2	83127,007	125,330	,000
Intercept	119095,226	1	119095,226	179,559	,000
Pre_Kesabaran	1193,865	1	1193,865	1,800	,185
Kelompok	165884,845	1	165884,845	250,103	,000
Error	37806,169	57	663,266		
Total	4699309,000	60			
Corrected Total	204060,183	59			

a. R Squared = ,815 (Adjusted R Squared = ,808)

Merujuk pada Tabel 4.13, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Total Kesabaran pada Kelompok (Kontrol dan Eksperimen) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukan adanya signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nilai *posttest*1 pada Total Kesabaran antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen.

6. Analisa Kovarian Terhadap *Posttest* Berdasarkan Kategori pada Kelompok Eksperimen

Selain melakukan analisa kovarian terhadap posttest berdasarkan dimensi-dimensi sabar pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen, analisa kovarian juga dilakukan terhadap posttest berdasarkan kategori pada Kelompok Ekesperimen saja. Berdasarkan hasil penghitungan dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20.0 for Windows, diperoleh hasil sebagaimana ditampilkan pada tabel-tabel berikut ini.

Tabel 4.14
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Hati

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 Sabar Hati

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	1701,004[a]	3	567,001	50,841	,000
Intercept	3910,447	1	3910,447	350,637	,000
Pre_Hati	27,354	1	27,354	2,453	,129
K_post1_Hati	1624,977	2	812,488	72,853	,000
Error	289,962	26	11,152		
Total	263511,000	30			
Corrected Total	1990,967	29			

a. R Squared = ,854 (Adjusted R Squared = ,838)

Merujuk pada Tabel 4.14, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Dimensi Sabar Hati pada kelompok kategori (sedang, tinggi dan sangat tinggi) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata Dimensi Sabar Hati pada responden dengan kategori kesabaran sedang, tinggi dan sangat tinggi.

Tabel 4.15
Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest*1) Sabar Pikiran

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 Sabar pikiran

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	574,604[a]	3	191,535	26,312	,000
Intercept	2426,285	1	2426,285	333,311	,000
Pre_pikiran	3,075	1	3,075	,422	,521
K_post1_pikiran	459,279	2	229,640	31,547	,000
Error	189,263	26	7,279		
Total	82092,000	30			
Corrected Total	763,867	29			

a. R Squared = ,752 (Adjusted R Squared = ,724)

Merujuk pada Tabel 4.15, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Dimensi Sabar Pikiran pada kelompok kategori (sedang, tinggi dan sangat tinggi) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata Dimensi Sabar Pikiran pada responden dengan kategori kesabaran sedang, tinggi dan sangat tinggi.

Tabel 4.16

Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest* 1) Sabar Lisan

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 sabar lisan

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	962,641[a]	3	320,880	30,225	,000
Intercept	4059,544	1	4059,544	382,385	,000
Pre_lisan	5,181	1	5,181	,488	,491
K_post1_lisan	925,009	2	462,504	43,565	,000
Error	276,026	26	10,616		
Total	190052,000	30			
Corrected Total	1238,667	29			

a. R Squared = ,777 (Adjusted R Squared = ,751)

Merujuk pada Tabel 4.16, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Dimensi Sabar Lisan pada kelompok kategori (sedang, tinggi dan sangat tinggi) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata Dimensi Sabar Lisan pada responden dengan kategori kesabaran sedang, tinggi dan sangat tinggi.

Tabel 4.17

Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest*1) Sabar Jawarih

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 sabar jawarih

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	1283,397[a]	2	641,698	28,600	,000
Intercept	7457,032	1	7457,032	332,352	,000
Pre_jawarih	13,797	1	13,797	,615	,440
K_post1_jawarih	1016,108	1	1016,108	45,287	,000
Error	605,803	27	22,437		
Total	310348,000	30			
Corrected Total	1889,200	29			

a. R Squared = ,679 (Adjusted R Squared = ,656)

Merujuk pada Tabel 4.17, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Dimensi Sabar Jawarih pada kelompok kategori (sedang, tinggi dan sangat tinggi) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan signifikansi kuat. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata Dimensi Sabar Jawarih pada responden dengan kategori kesabaran sedang, tinggi dan sangat tinggi.

Tabel 4.18

Hasil Analisis Kovarian (ANCOVA) (*Posttest*1) Total Kesabaran

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: post1 Kesabaran

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	11022,607[a]	2	5511,303	29,692	,000
Intercept	42557,880	1	42557,880	229,282	,000
Pre_Kesabaran	163,598	1	163,598	,881	,356
K_post1_Kesabaran	10862,422	1	10862,422	58,522	,000
Error	5011,560	27	185,613		
Total	3207575,000	30			
Corrected Total	16034,167	29			

a. R Squared = ,687 (Adjusted R Squared = ,664)

Merujuk Tabel 4.18, diketahui bahwa skor *posttest* 1 untuk Total Kesabaran pada kelompok kategori (sedang, tinggi dan sangat tinggi) memiliki nilai sig sebesar 0,000 < 0,05, yang menunjukkan adanya signifikansi. Artinya, dengan memperhatikan skor *pretest* sebagai covariat, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata Total Kesabaran pada responden dengan kategori kesabaran sedang, tinggi dan sangat tinggi.

7. Validasi Kualitatif Terhadap Hasil Uji Efektivitas dan Dinamika Perubahan Perilaku Sabar Remaja

Hasil uji empirik untuk mengetahui keefektifan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja memberikan informasi bahwa rata-rata kesabaran Kelompok Kontrol dan

Kelompok Eksperimen sama-sama berada pada status rendah setelah diberikan *pretest* atau sebelum diberikan perlakukan. Status rendah ini pula yang dijadikan pijakan untuk mendesain penelitian dengan *Quasi-Experimental* dengan tipe pertama dari *Interpretable Nonequivalent Group Design*, yaitu *the pretest-posttest design*. Sebagaimana dijelaskan pada Bab III bahwa *Interpretable Nonequivalent Group Design*, yaitu *the pretest-posttest design* hampir sama dengan *pretest-posttest control group desain*. Bedanya hanya pada kelompok eksperimen (Kelas XII Agama B Angkatan 2013) dan kelompok kontrol (Kelas XII Agama A Angkatan 2013) tidak dipilih secara random.

Ketidakacakan (*nonrandom*) pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menjadikan hasil dari esperimen ini dianggap tidak memiliki kekuatan yang sama seperti eksperimen murni. Walaupun demikian, teknik penempatan sampel partisipan secara nonrandom ini boleh jadi dianggap sebagai kebetulan dan dianggap subjektif. Tetapi hal ini bukan tanpa alasan ilmiah. Setidaknya, penempatan seperti ini lebih baik daripada hanya memberikan perlakuan dan *posttest* kepada satu kelompok saja. Selain itu, dengan membandingkan skor *pretest dan posttest* pada dua kelompok yang sama-sama status sabar rendah, dengan memberi perlakukan kepada satu kelompok, peneliti dapat menentukan apakah perubahan terjadi atau tidak. Pemilihan tipe ini juga didasari oleh pertimbangan bahwa dinamika dalam satu kelompok akan lebih memudahkan untuk didalami secara kualitatif karena penelitian didekati dengan metode campuran.

Selain itu, sebagai upaya untuk memaksimalkan pengaruh variabel bebas, dalam hal ini adalah perlakuan dengan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran terhadap variabel terikat, yaitu Kesabaran Remaja dan meminimalkan pengaruh variabel-variabel pengaganggu, beberapa kondisi telah diupayakan, antara lain: (1) mengikat komitmen dengan Koordinator BK sebagai implementer untuk tidak memberikan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran selain kepada kelompok eksperimen; (2) memastikan tidak ada materi pelajaran yang berkaitan dengan tema kesabaran; dan (3) memastikan tempat belajar Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol berjarak relatif jauh.

Berdasarkan hasil *posttest* setelah diberikan tujuh sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran diketahui bahwa skor kesabaran Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol sama-sama meningkat. Berdasarkan Tabel 4.5, diketahui bahwa semua nilai *p-value* adalah sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan alpha, nilai tersebut lebih kecil (0,000 < 0,05) yang menyatakan H_0 tidak diterima. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan status kesabaran remaja pada siswa Kelas Kontrol (Kelas Agama A Angkatan 2013) secara keseluruhan yang mencakup Sabar Hati, Sabar Pikiran, Sabar Lisan dan Sabar Jawarih antara *pretest* dan *postest* 1, antara *pretest* dan *posttest* 2 dan juga antara hasil *posttest* 1 dan *posttest* 2. Walaupun tidak mendapatkan perlakuan melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, tetapi status kesabaran remaja pada Kelas Kontrol menunjukkan *trend* meningkat. Fenomena peningkatan kesabaran remaja pada Kelompok Kontrol menarik untuk didalami.

Hasil dari upaya untuk mengungkap apa yang terjadi di balik meningkatknya status kesabaran pada Kelompok Kontrol padahal tidak mendapatkan perlakukan, setidaknya ditemukan pada dua hal, yaitu: Pertama, interaksi siswa di luar bimbingan dan jam pelajaran terjadi. Berdasarkan informasi dari dua orang partisipan Kelompok Eksperimen, yaitu QA dan AH, bahwa beberapa siswa Kelas Agama A yang dijadikan Kelas Kontrol akhirnya mengetahui materi-materi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran menjelang Sesi Terakhir yaitu Sesi Ketujuh (INT.39.02.16). Dengan kata lain, menjelang Sesi Akhir, sebagian siswa dari Kelas Agama B sebagai kelas eksperimen berbagi informasi tentang materi-materi bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran kepada siswa dari Kelas Agama A yang dijadikan kelas kontrol.

Informasi dari dua orang partisipan tersebut kemudian dicek silang kepada anggota Kelompok Kontrol yang bernisial MR. Informan ini adalah siswa yang dituakan dalam Kelompok Kontrol. Berdasarkan informasi dari MR menguatkan informasi dari QA dan AH, bahwa benar sebagian teman-temannya di Kelas Agama A Angkatan 2013 mendapatkan materi-materi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbbur Al-Quran dari teman-temannya di Kelas Agama B

Angkatan 2013. Transformasi materi-materi tersebut terjadi pada Sesi Tujuh (INT. 40.04.16).

Kedua, sebagai siswa yang akan menghadapi serangkaian ujian-ujian kelulusan dari MAN 1 Kota Bandung, semua siswa kelas XII Angkatan 2013 mendapatkan materi-materi bimbingan untuk persiapan ujian-ujian tersebut, tak terkecuali Kelas Agama A yang dijadikan Kelompok Kontrol. Walaupun tidak secara khusus dimaksudkan untuk meningkatkan kesabaran, namun beberapa aspek yang dibimbingkan, secara substansi identik dengan dimensi dan aspek kesabaran dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Apalagi konselor yang memberikan bimbingan untuk persiapan ujian-ujian tersebut adalah konselor yang menjadi *implementer* Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Dugaannya, secara tidak sengaja dan tanpa disadari materi-materi tersebut tersampaikan kepada Kelompok Kontrol.

Ketiga, *posttest* kedua yang diberikan setelah empat bulan berlalu dari *posttest* pertama, sebenarnya bukan bagian dari desain penelitian yang sejak awal dirancang. Tim Promotor mengarahkan *posttest* kedua sebagai upaya untuk mengetahui seberapa lama efek dari Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran bertahan dalam pikiran dan perasaan partisipan. Arahan tersebut tentu memiliki alasan rasional. Perbandingan peningkatan kesabaran yang sangat mencolok antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol, mendorong keingintahuan mengenai situasi yang sebenarnya terjadi. Oleh sebab itu, tidak ada pengkondisian memngenai rencana *posttest* kedua tersebut. Semuanya dibiarkan berlalu secara alamiah dalam kurun waktu empat bulan. Konselor yang bertindak sebagai implementer selama tujuah sesi bimbingan dan para responden dari kedua kelompok pun tidak dikonfirmasi mengenai rencana *posttest* kedua tersebut.

Hasil dari *posttest* kedua dilakukan pada medio April 2016 menunjukkan bahwa kesabaran Kelompok Kontrol meningkat dari sedang ke tinggi dan Kelompok Eksperimen kesabarannya tetap dalam status tinggi. Peningkatan yang terjadi kedua kali pada Kelompok Kontrol menimbulkan tanda tanya besar. Setelah dilakukan konfirmasi kepada Koordinator BK MAN 1 Bandung yang selama sesi bimbingan menjadi konselor *implementer* ditemukan bahwa sejak

berakhirnya Sesi Ketujuh dan setelah diberikan *posttest* pertama, konselor memberikan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran kepada Kelas Agama A yang selama penelitian dijadikan Kelompok Kontrol. Konselor menjelaskan bahwa proses Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran diberikan pada pekan-pekan sebelum pelaksanaan rangkaian ujian. Bimbingan tidak diberikan secara keseluruhan namun hanya sebagian saja tanpa menjelaskan tema-tema mana saja yang diberikan (INT.41.04.16). Tindakan yang dilakukan oleh Koordinator BK MAN 1 Bandung tidak melanggar komitmen karena sejak selesai sesi ketujuh lalu di-*posttest*, maka semua norma dan komitmen juga selesai antara peneliti dengan Koordinator BK MAN 1 Bandung sebagai *implementer*.

Temuan-temuan yang dipaparkan, selain memberikan *feedback* bagi pelaksanaan penelitian. Pada satu sisi, penelitian ini masih memiliki celah sehingga beberapa variabel yang diperkirakan akan menjadi penggangu luput dari pengontrolan. Namun, terlepas dari fungsi *controlling* yang tidak optimal, di sisi lain temuan-temuan tersebut memberikan informasi tentang keefektifan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk meningkatkan kesabaran remaja. Selain dapat meningkatkan kesabaran Kelompok Eksperimen, Kelompok Kontrol pun meningkat kesabarannya setelah mendapatkan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran.

Selanjutnya dipaparkan mengenai peningkatan kesabaran pada Kelompok Eksperimen. Berdasarkan Tabel 4.7, diketahui bahwa semua nilai *p-value* pada pengujian antara skor *pretest* dan *posttest* 1 sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan alpha, nilai tersebut lebih kecil (0,000 < 0,05) yang menyatakan H_0 ditolak. Hal ini menandakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan status kesabaran siswa secara keseluruhan, kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran jawarih antara *pretest* dan *postest* 1.

Sedangkan nilai *p-value* pada pengujian antara skor *posttest* 1 dan *posttest* 2 memiliki nilai P > 0,05 yang menyatakan H_0 diterima. Hal ini menandakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan status kesabaran siswa secara keseluruhan, kesabaran hati, kesabaran pikiran, kesabaran lisan dan kesabaran jawarih antara skor *posttest* 1 dan *posttest* 2.

Meningkatnya status kesabaran remaja pada Kelompok Eksperimen yang ditunjukkan oleh perbedaan signifikan antara rata-rata *pretest* dengan *posttest* 1 menunjukkan bahwa perlakuan melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran efektif untuk meningkatkan kesabaran remaja. Tetapi, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata *posttest* 1 dengan *posttest* 2 karena skornya relatif menetap. Hal ini menunjukkan bahwa dari sudut pandang uji beda dua rata-rata, dapat dikatakan bahwa Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran tidak efektif untuk meningkatkan kesabaran remaja. Namun, dari sudut pandang yang lain, dapat dikatakan bahwa menetapnya skor kesabaran pada Kelompok Eksperimen selama kurun waktu 4 bulan menunjukkan bahwa efek dari Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran terhadap kesabaran para partisipan masih tetap ada. Dengan kata lain, masih tetap berbekas.

Demi membuktikan kesimpulan berdasarkan hasil penghitungan secara statistik, peneliti juga melakukan penelusuran secara kualitatif kepada para partisipan Kelompok Eksperimen. Melalui *exemplar study* (DOC.16.08.16) yang berisi testimoni testimoni para partisipan dalam empat bulan terakhir setelah mendapatkan bimbingan dan *posttest* kedua, ditemukan hal-hal penting, antara lain:

a. Mayoritas partisipan pada Kelompok Eksperimen masih merasakan kesabaran berada pada status sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Sedangkan sisanya merasakan bahwa kesabarannya berada di level rendah. Partisipan yang merasakan kesabarannya berada pada status sangat tinggi sebanyak 10%. Partisipan yang merasakan kesabarannya berada pada status tinggi sebanyak 43,33%. Partisipan yang merasakan kesabarannya berada pada status sedang sebanyak 36,66%. Sedangkan partisipan yang merasakan kesabarannya pada status rendah sebanyak 16,66%.
b. Seluruh partisipan mengakui bahwa hari-hari setelah mendapatkan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, mereka merasa mendapatkan hal-hal yang menguji kesabaran.
c. Seluruh partisipan semakin meyakini bahwa kesabaran itu naik-turun, kecuali hanya satu orang yang meyakini bahwa kesabaran itu tidak naik-turun.

Seorang yang meyakini kesabaran tidak naik-turun adalah partisipan yang menempatkan status kesabarannya pada level sempurna.

d. Seluruh partisipan meyakini bahwa peningkatan kesabaran biasanya karena selalu mengingat Allah dan berusaha mendekatkan diri kepada-Nya. Sedangkan penurunan kesabaran disebabkan lupa mengingat Allah dan cenderung banyak melakukan hal-hal yang sia-sia.
e. Seluruh partisipan mengaku jika mendapatkan hal-hal yang menguji kesabaran, mereka masih mengingat cara-cara untuk dibimbingkan konselor pada saat sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran.
f. Partisipan yang mengaku bahwa pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran masih sangat besar, sebanyak 53,33%. Partisipan yang mengaku bahwa pengaruhnya mungkin hanya setengahnya, sebanyak 36,66%. Sedangkan, partisipan yang mengaku bahwa pengaruhnya masih ada tapi kecil, sebanyak 6,66%.
g. Seluruh partisipan mengaku masih membutuhkan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk menjaga fluktusi kesabaran.
h. Hampir seluruh partisipan menyatakan langsung akan mengingat dan melakukan cara-cara yang dibimbingkan oleh konselor selama sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran walaupun sudah tidak lagi belajar di MAN 1 Kota Bandung. Cara-cara yang ditemukan berdasarkan kategori tema, antara lain: membaca Al-Quran; bertawakal, mengikhlaskan diri, mendekatkan diri kepada Allah; menahan gejolak dan tidak meledakkannya; berwudhu; dan mengingat kisah para penyabar. Tema lain yang ditemukan, antara lain: akan terus *sharing* dengan konselor dan berusaha menjaga nama baik almamater.
i. Seluruh partisipan setuju bahwa Tadabbur Al-Quran dibutuhkan sepanjang hidup, bahkan oleh semua orang. Alasan-alasan yang ditemukan dirangkum sebagai berikut:
   (1) Manusia butuh petunjuk untuk yang lebih tertata. Al-Quran adalah pedoman dan petunjuk untuk kehidupan yang tertata tersebut untuk selamanya.

(2) Keimanan manusia naik dan turun. Manusia butuh Allah. Al-Quran yang menghubungkan manusia dengan Allah. Al-Quran adalah sumber pengetahuan dan pelajaran bagi manusia.
(3) Kalau mengambil pelajaran dari Al-Quran, maka kapan pun dan di mana pun gejolak menguji kesabaran, maka dapat bersabar.
(4) Manusia ibarat *handphone* yang jika battery habisnya habis maka ia harus di-*charge*. Begitu pula manusia, ketika sudah *down* maka harus di-*refresh* oleh Al-Quran dengan cara bertadabbur Al-Quran.
(5) Hidup ibarat membeli barang dan Al-Quran ibarat petunjuk pemakaian barang tersebut agar pemakaiannya baik.

Merujuk pada DOC.16.08.16 yang merupakan hasil pengolahan berdasarkan testimoni partisipan tentang kesan dan pengalamannya setelah empat bulan berlalu dari Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, dapat diambil kesimpulan bahwa partisipan masih merasakan pengaruh dari Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran.

Berkaitan dengan dinamika perubahan perilaku remaja selama dan setelah intervensi dimaksudkan untuk melakukan triangulasi atau *cross check* secara lebih mendalam terhadap temuan-temuan secara kuantitatif. Analisa kasus dilakukan tidak kepada seluruh responden tetapi hanya kepada responden yang di berada di area *lower* berdasarkan hasil *pretest*, yaitu tujuh orang dengan status kesabaran paling rendah dari partisipan dalam Kelompok Eksperimen. Masing-masing partisipan kemudian dijadikan subjek penelitian kualitatif. Ketujuh partisipan tersebut adalah: DR (P), AA (L), DM (P), AAM (P), AAT (P), ESN (P), dan AHN (L). Dari ketujuh subjek tersebut, empat di antaranya adalah perempuan (P) dan dua sisanya adalah laki-laki (L).

Berdasarkan data hasil pengumpulan data status kesabaran melalui *pretest*, *posttest* 1, dan *posttest* 2 serta validasi data masing-masing partisipan melalui teknik-teknik pengumpulan data dan analisa data kualitatif, diperoleh beberapa tema penting yang menggambarkan dinamika perubahan perilaku sabar

remaja. Namun, sebelumnya akan disajikan data dinamika kesabaran berdasarkan masing-masing partisipan sebagai berikut.

Dinamika Kesabaran DR

DR adalah subjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah berdasarkan hasil *pretest*, yaitu 34,50. Di antara teman-temannya yang juga berstatus kesabaran rendah, DR adalah yang statusnya paling rendah. Dari tiga puluh orang, DR berada pada urutan ke-30 tetapi hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata DR naik menjadi 93,50 dan menempati urutan pertama dengan perolehan skor tertinggi. Skor tersebut menempatkan kesabarannya pada status sangat tinggi. Lalu setelah empat bulan berlalu, pada *posttest* 2, skor yang diperoleh DR adalah 86,97. Skor ini masih masuk area status sangat tinggi, tetapi jika dibandingkan dengan skor *posttest* 1, *gaining* kesabaran DR menurun 6.53 poin.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran DR secara merata berada pada level sangat rendah, terutama dalam dimensi Sabar Lisan dan Sabar Jawarih. Berdasarkan data tersebut, DR termasuk remaja yang mudah marah, mudah terpancing untuk mengikuti hawa nafsu perut dan gejolak seksual, serta lemah dalam kekuatan ihsan. Namun, setelah menganalisa hasil *posttest 1* dan *posttest 2*, kesabaran DR meningkat tajam. Berdasarkan data tersebut, DR dapat dikatakan mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. DR menjadi remaja yang lebih lebih tenang, tidak mudah marah, dapat mengontrol hawa nafsu perutnya dan gejolak syahwatnya, serta lebih mampu bertindak benar karena merasa bahwa Allah itu ada dan mengetahui tindakannya.

Berdasarkan hasil wawancara, DR mengaku tidak berminat masuk ke MAN. DR sendiri berasal dari SLTP bukan MTs dan belum pernah mondok di pesantren. Masuk ke MAN adalah sebuah keterpaksaan yang dibarengi harapan ingin masuk program IPA. Takdir berkata lain, ia ditempatkan di kelas Agama sejak naik kelas XI. Padahal kelas Agama adalah program yang sangat dihindari karena tidak memiliki dasar keilmuan yang baik. Diakuinya, proses pembelajaran diikutinya secara setengah hati (INT. 42.10.15).

Selain masalah yang dihadapi di sekolah, DR juga menghadapi masalah di keluarga. DR hidup bersama ibu,seorang adik perempuan, dan neneknya. Ayahnya meninggalkan keluarga dan tidak pernah mengurus keluarga. Ibunya membuka usaha merias karena memiliki kemampuan dalam bidang tersebut. Kondisi keluarga yang seperti itu dirasakannya sejak SLTP. Perasaan tidak nyaman dengan kondisi keluarganya, terutama perasaan kesal dan marah kepada ayahnya diakuinya cukup menganggu dalam kesehariannya, termasuk di sekolah. (INT. 42.10.15).

Berdasarkan analisa terhadap dokumen berupa jurnal yang diisi oleh DR sepekan setelah mendapat bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, pada Jurnal 1, DR mengaku kesabarannya berada pada level 3 dan ia belum dapat mengendalikan emosi, mudah kesal dan marah. DR baru mengetahui tentang manfaat sabar. Sebelumnya, ia hanya mengetahui sedikit saja. Setelah mengikuti Sesi 1 dengan tema, "mengapa harus bersabar" yang di dalamnya berisi tentang manfaat bersabar, DR yang sebelumnya merasa bahwa dirinya belum bisa mengendalikan emosi, mudah kesal dan marah bertekad untuk dapat mengendalikan emosi dan terus meningkatkannya. DS pun menempatkan kesabaran dirinya pada level 5. (DOC.17.10.15).

Pada Sesi 2 dengan tema "jadilah manusia langit!" yang di dalamnya menjelaskan tentang faktor utama penguat kesabaran adalah tawakkal, yaitu mewakilkan segala urusan kepada Allah lalu berusaha sekuat tenaga, DR menempatkan dirinya pada level 2. Setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, DR mengaku mendapatkan manfaat lalu dan merasa ketawakkalannya naik pada level 3. Komitmen DR setelah mendapatkan bimbingan pada Sesi 2 ini dalah ingin selalu meningkatkan keimanan karena kesabaran ternyata berfluktuasi sesuai dengan naik dan turunnya keimanan. (DOC.18.10.15).

Sampai Sesi 3 yang mengangkat tema "ilmu sebelum sabar" yang di dalamnya menjelaskan tentang pentingnya kesadaran tentang manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan, sebelumnya DR merasa kesadarannya berada pada level 3. Setelah mendapatkan bimbingan dengan

pendekatan Tadabbur Al-Quran, DR merasakan kesadarannya meningkat dua tingkat ke level 5. Setelah sesi 3 ini, DR mengaku bahwa bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran banyak membantunya untuk menguatkan kesabaran. (DOC.19.10.15).

Pada Sesi 4 yang mengangkat tema "*tahanlah, jangan diledakkan*!" yang melatihkan diri menahan gejolak pada hentakkan pertama, DR mengakui bahwa sebelumnya sering tidak mampu menahan gejolak dan membuncahkannya. DR menempatkan diri pada level 4. Namun setelah mendapatkan bimbingan, DR merasakan ada peningkatan. Ia sadar bahwa sabar itu berat. Setiap kali bergejolak, DR sudah mencoba untuk menahannya disertai terus beristighfar, dan mengambil wudhu. DR pun mencoba mentadabburi sendiri Al-Quran di rumah. DR merasa tenteram dan damai. (DOC.20.11.15).

Pada Sesi 5 yang mengangkat tema "*sabar dalam taat",* yang di dalamnya membimbingkan cara mengabaikan segala godaan dalam melaksanakan kewajiban yang harus ditaati, DR merasa kesabarannya semakin meningkat. Ia menempatkan dirinya pada level 6. DR mengakui bahwa sejak mendapatkan bimbingan di level 5, ia sering berdoa kepada Allah sehingga hatinya menjadi tenteram, damai, dan selalu bersyukur. (DOC.21.11.15).

Sampai Sesi 6 yang mengangkat tema "*bertemanlah dengan para penyabar*", yang di membimbing penguatan kesabaran melalui persahatan dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan baik, DR sering tidak merasa berteman dengan teman yang buruk tetapi DR merasa terganggu jika teman egois dan ingin menang sendiri, teman sedang marah kepada yang lain tapi melampiaskan kepada DR, atau teman menjauh dari DR. Apapun kondisi teman, DR mengakui sudah harus bersabar menghadapi segala situasi termasuk dari teman. Sampai sesi ini, DR merasakan kesabarannya berada pada level 7 (DOC. 22.11.15).

Sampai pada Sesi 7, sesi terakhir yang mengangkat tema "*berdoalah, mohon kekuatan sabar*!", yang berisi latihan penguatan kesabaran dengan berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT, DR benar-benar merasakan lompatan dalam kesabarannya. Selama ini, DR jarang sekali berserah

diri kepada Allah, ia sangat yakin dengan kemampuan dirinya dan menganggap ringan pada kekuatan dan kehendak Allah padahal dirinya lemah dan Allah-lah yang Mahakuat. DR merasa dirinya ada pada level 9. DR mengaku bahwa yang paling banyak dimohonkan kepada Allah adalah minta agar mampu menahan amarah dan mampu mengendalikan kegalauan dalam hidup. (DOC.23.12.15).

DR menulis kesan terhadap pengalamannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, sebagaimana dikutip dari tulisan tangan asli DR sebagai berikut, "*Sangat menarik karena menurut saya pendekatan dengan metode tadabbur Al-Quran menuntun kita agar segala ujian dan sebuah kesabaran datangnya dari Allah SWT. Maka, kita hidup di dunia ini jangan lupa bersabar dan apabila berkeluh kesah, kita kembalikan lagi kepada-Nya. Saya mempunyai sebuah pengalaman pribadi. Dahulu, sebelum saya mengenal yang namanya tadabbur Al-Quran, saya selalu kesal dan marah. Tingkatannya pun tinggi. Namun, setelah mendapat metode tadabbur Al-Quran, saya jadi bisa menahan emosi*. (DOC. 24.04.16).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, DR menempatkan kesabarannya pada level 8. Dengan kata lain turun satu level dari waktu setelah di *posttest* 1. Kondisi yang dialami DR sesuai dengan sunnatullah bahwa kesabaran bersifat naik dan turun. DR pun mengalami naik-turunnya kesabaran. Walaupun diakui bahwa kesabarannya menurun satu level, tetapi DR merasakan pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran masih sangat besar. Setiap kali mengalami ujian kesabaran, DR merasakannya sebagai situasi yang berat. Tetapi, DR mengaku berusaha untuk tidak larut dalam gejolak. DR mengaku setidaknya masih mengingat cara-cara untuk bersabar sebagaimana telah dibimbingkan akan berusaha untuk mengaplikasikannya. Terakhir, DR mengaku masih membutuhkan Bimbingan dengan Tadabbur Al-Quran untuk menghadapi fluktuasi kesabarannya (DOC.25.04.16).

Dinamika Kesabaran AA

AA adalah subjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah kedua setelah DR. Berdasarkan hasil *pretest*, AA mendapatkan skor rata-rata 35,50 dan berada pada urutan ke-29 dengan status kesabarannya adalah rendah. Hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata AA naik menjadi 69,25 dan berada pada status kesabaran sedang. Walaupun skor rata-ratanya naik dengan *gain* 33,75, posisi AA malah turun ke posisi ke-30 karena partisipan yang lain *gaining* lebih besar dari AA. Setelah berlalu empat bulan dari *posttest* 1 dan tidak mendapatkan intervensi melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, hasil *posttest* 2 menunjukkan skor AA adalah 80,80 dengan status kesabaran tinggi.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran AA juga merata berada pada level sangat rendah. Pada dimensi Sabar Hati, AA termasuk remaja yang lemah dalam menjaga hati untuk ikhlas dan berlapang dada. Pada dimensi Sabar Pikiran, AA termasuk remaja yang lemah memikirkan manfaat dan mudarat dan belum bisa untuk mengambil hikmah atau pelajaran dari apa yang dialaminya. Pada dimensi Sabar Lisan, AA remaja yang jarang berdoa dan mendoakan orang lain, senang menceritakan kelebihan diri dan cenderung suka menceritakan keburukan orang lain. Adapun pada dimensi Sabar Jawarih, AA termasuk remaja yang masih kesulitan untuk mengendalikan gejolak nafsu birahi kepada lawan jenis. Namun, setelah menganalisa hasil *posttest 1* dan *posttest 2*, kesabaran AA meningkat tajam. Berdasarkan data tersebut, AA dapat dikatakan mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. Dalam fluktuasi kesabarannya, AA menjadi remaja yang lebih mampu untuk ikhlas dan berlapang dada, berpikir logis dan dapat mengambil pelajaran dari setiap kejadian buruk yang dialaminya, lebih mampu berserah diri kepada Allah dengan doa untuk diri sendiri dan untuk orang lain, menjadi lebih rendah hati dan tidak menggosip, serta lebih mampu mengendalaikan gejolak nafsu birahinya.

Berdasarkan hasil wawancara, AA mengaku memiliki minat sendiri untuk masuk ke MAN walaupun ia berasal dari SLTP bukan MTs dan belum pernah mondok di pesantren. Masuk ke MAN adalah sebuah keinginan kuat dari dalam diri AA sendiri tanpa paksaan dari orang lain termasuk orang tuanya. Bahkan

diakuinya bahwa orang tuanya menganjurkan AA untuk masuk SMA. Walaupun tidak memiliki dasar keilmuan yang kuat untuk dapat belajar ilmu-ilmu keislaman di MAN, AA memiliki keyakinan bahwa ia akan mampu. (INT. 26.10.15).

Di balik keinginannya yang kuat untuk masuk MAN, AA punya masalah sendiri dalam kehidupan keluarganya. Ayahnya sakit lumpuh sejak ia di bangku SMP. Sebagai anak laki-laki bungsu dan satu-satunya ia merasa harus menjadi pengganti ayahnya untuk bekerja. Sejak SMP, AA sudah membantu ibunya berjualan di warung kecil di depan rumah. Selain mengurus ayah dan ibunya, AA juga mengurus keponakannya yang masih kecil karena kakak perempuannya bekerja setelah ditinggalkan begitu saja oleh suaminya. Kakak perempuan dan keponakannya tersebut tidak dinafkahi oleh suaminya atau kakak ipar AA. Pengalamannya dalam mengurus keluarga telah memberikan kesimpulan bagi AA bahwa banyak masalah yang harus ia hadapi dengan kesabaran, tetapi ternyata bersabar itu sulit (INT. 43.10.15).

Dinamika kesabaran AA dianalisa berdasarkan jurnal-jurnal yang diisi oleh AA setiap satu pekan setelah selesai satu sesi bimbingan. Berdasarkan Jurnal Sesi 1, AA mengaku bahwa sebelum mendapat bimbingan ia merasa kesabarannya berada pada level 10 dan motivasi untuk mengikuti bimbingan berada pada level 2. Dengan kata lain, AA merasa sudah mampu bersabar namun pengetahuan tentang sabar baru diketahuinya setelah mendapat bimbingan di Sesi 1 yang menjelaskan tentang hakikat dan manfaat sabar. Lepas itu, sabar ternyata tidak mudah. Sabar itu sulit. Oleh sebab itu, AA merasa harus menjadi penyabar (DOC.26.10.15).

Pada Sesi 2 dengan tema “jadilah manusia langit!” yang di dalamnya menjelaskan tentang faktor utama penguat kesabaran adalah tawakkal, yaitu mewakilkan segala urusan kepada Allah lalu berusaha sekuat tenaga, AA menempatkan dirinya pada level 5. Setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, AA mengaku mendapatkan manfaat lalu dan merasa ketawakkalannya naik pada level 7. Komitmen AA setelah mendapatkan bimbingan pada Sesi 2 ini, ia akan terus mengikuti sesi bimbingan selanjutnya kerena mempelajari Al-Quran ternyata menyenangkan. Ia mengakui bahwa

kesabarannya naik dan turun sesuai fluktuasi keimanannya. Setelah mengetahui iman mempengaruhi kesabaran, AA berkomitmen untuk sadar keimanan sebagai yang mengatur (turut mempengaruhi segala tindakannya) (DOC. 27.10.15).

Sampai Sesi 3 yang mengangkat tema "ilmu sebelum sabar" yang di dalamnya menjelaskan tentang pentingnya kesadaran tentang manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan, sebelumnya AA merasa kesadarannya berada pada level 5. Setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, AA merasakan kesadarannya meningkat dua tingkat ke level 7. Setelah sesi 3 ini, AA mengaku bahwa bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran banyak memberikan perubahan dalam kesehariannya. (DOC. 28.10.15).

Pada Sesi 4 yang mengangkat tema "*tahanlah, jangan diledakkan*!" yang melatihkan diri menahan gejolak pada hentakkan pertama, AA merasa bahwa sebelumnya belum mampu untuk menahan gejolak dan membuncahkannya. AA menempatkan diri pada level 3. Setelah mendapatkan bimbingan, AA merasakan ada peningkatan dan menempatkan diri pada level 8. Ia baru sadar bahwa dalam Al-Quran banyak kisah yang inspiratif. Ia sendiri sudah mulai mentadabburi sendiri Al-Quran di rumah tetapi belum mencobakan kiat-kiat untuk bersabar dalam kesehariannya (DOC. 29.11.15).

Sampai pada Sesi 5 yang mengangkat tema "*sabar dalam taat",* yang di dalamnya membimbingkan cara mengabaikan segala godaan dalam melaksanakan kewajiban yang harus ditaati, AA merasa kesabarannya untuk ketaatan berada pada level 7. Ia merasa cukup dapat bersabar. Dan setelah mendapatkan bimbingan di Sesi 5, AA mengakui kesabaran meningkat ke level 8. Sampai pada Sesi 5 ini, AA mengakui belum dapat mendapatkan kesabaran yang paling sulit dan belum mencobakan langkah-langkah untuk bersabar sebagaimana disarankan dan dilatihkan oleh guru BK dalam setiap sesi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran. (DOC.30.11.15).

Berakhir pada Sesi 6 yang mengangkat tema "*bertemanlah dengan para penyabar*", yang di membimbing penguatan kesabaran melalui persahatan dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan baik. Sebelum mendapatkan

bimbingan, AA merasa sangat kurang mampu bergaul dan menghindari pertemanan karena sering tidak kuat jika mendapat ejekan. Setelah mendapatkan bimbingan. AA mengaku bahwa persahabatan dengan orang yang bisa menguatkan kesabaran dan berada dengan lingkungan yang baik itu sangat penting. Kekhawatiran untuk diejek teman menjadi berkurang dan mampu menahan diri untuk marah. Kemampuan menahan marah dirasakannya meningkat dari level 3 sebelum mendapat bimbingan menjadi level 8 setelah mendapat bimbingan. Selain itu, komitmen untuk berteman dengan teman dan berada di lingkungan yang dapat menguatkan kesabaran juga meningkat pada level 8. (DOC.31.11.15).

Sampai pada Sesi 7, sesi terakhir yang mengangkat tema "*berdoalah, mohon kekuatan sabar*!", yang berisi latihan penguatan kesabaran dengan berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT. Sebelum mendapat bimbingan, AA merasa kemampuannya untuk berserah diri kepada Allah ada pada level 5. Setelah mendapatkan bimbingan, AA merasakan ada peningkatan pada level 8. Namun demikian, AA masih membutuhkan peningkatan dalam kekhusyuan dan keyakinan. (DOC. 32.12.15).

AA menulis kesan terhadap pengalamannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, sebagaimana dikutip dari tulisan tangan asli AA sebagai berikut, "*Sangat berkesan karena terkadang meremehkan sabar dengan hanya menerima apa yang terjadi. Ternyata sabar itu luas dan perlu perjuangan. Dan ternyata banyak pelajaran yang tertinggal oleh kita dalam Al-Quran."* (DOC.30.11.15).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, AA menempatkan kesabarannya pada level 10, kedudukan kesabaran yang sempurna. Dengan kata, level kesabaran AA naik dua level dari mendapatkan Sesi Ketujuh. *Trend* kesabaran AA cenderung terus meningkat. Seperti halnya yang lain, AA pun mengalami naik-turunnya kesabaran tetapi AA merasa yakin bahwa ia mampu mengatasi naik-turunnya kesabaran tersebut. Walaupun diakui bahwa selama kurun waktu empat bulan tersebut, AA mengalami ujian-ujian kesabaran. AA

merasakan pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran masih sangat besar. Setiap kali mengalami ujian kesabaran, AA tidak merasakannya sebagai situasi yang berat. AA mengaku masih mengingat cara-cara untuk bersabar sebagaimana telah dibimbingkan akan berusaha untuk mengaplikasikannya. Sebagaimana DR, AA pun mengaku masih membutuhkan Bimbingan dengan Tadabbur Al-Quran untuk menghadapi fluktuasi kesabarannya (DOC.34.04.16).

Dinamika Kesabaran DM

DM adalah sunjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah ketiga berdasarkan hasil *pretest* , yaitu 35,50 dengan status kesabaran rendah. Tetapi hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata DM naik menjadi 74,00 dan status kesabarannya naik menjadi sedang. Walaupun skor rata-ratanya naik dengan *gain* 38,50, posisi DM tidak beranjak dari posisi ke-28. Hal ini disebabkan karena teman-teman DM mengalami kenaikkan yang lebih tinggi darinya. . Setelah berlalu empat bulan dari *posttest* 1 dan tidak mendapatkan intervensi melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, hasil *posttest* 2 menunjukkan skor DM adalah 77,64 dengan status kesabaran tinggi. Walaupun status kesabaranya tetap berada pada status tinggi, tetapi gaining DM naik 3,64 poin.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran DM merata berada pada level rendah. Pada dimensi Sabar Hati, sebagaimana AA, DM juga termasuk remaja yang lemah dalam menjaga hati untuk ikhlas dan berlapang dada. Demikian pula pada dimensi Sabar Pikiran dan Sabar Lisan, DM termasuk remaja yang lemah memikirkan manfaat dan mudarat dan belum bisa untuk mengambil hikmah atau pelajaran dari apa yang dialaminya, hampir tidak pernah berdoa dan mendoakan orang lain, senang menceritakan kelebihan diri dan cenderung suka menceritakan keburukan orang lain. Adapun pada dimensi Sabar Jawarih, DM termasuk remaja yang masih kesulitan untuk mengendalikan gejolak nafsu birahi kepada lawan jenis, sulit memaafkan kesalahan orang lain dan berdamai dengan orang lain, dan cenderung mudah lemah tekad. Namun, setelah menganalisa hasil *posttest 1* dan *posttest 2*,

kesabaran DM meningkat cukup tajam. Berdasarkan data tersebut, DM dapat dikatakan mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. Dalam fluktuasi kesabarannya, DM menjadi remaja yang lebih mampu untuk ikhlas dan berlapang dada, berpikir logis dan dapat mengambil pelajaran dari setiap kejadian buruk yang dialaminya, lebih mampu berserah diri kepada Allah dengan doa untuk diri sendiri dan untuk orang lain, menjadi lebih rendah hati dan tidak menggosip, serta lebih mampu untuk memaafkan dan berdamai dengan orang lain, dan mengendalaikan gejolak nafsu birahinya.

Berdasarkan hasil penelusuran melalui *artifact* status FB DM, diketahui bahwa DM adalah remaja yang senang bergaul dan hobbi naik gunung dan berwirausaha (*entrepreneurship*). Sebagai remaja, DM menyukai film dan musik yang dilantunkan oleh penyanyi remaja, baik *single* maupun *group*. DM juga suka menonton sepakbola dan memiliki klub favorit dari dalam maupun dari luar negeri. DM juga remaja yang suka membaca buku-buku popular. (DOC.31.3.16).

Berdasarkan analisa terhadap dokumen berupa jurnal yang diisi oleh DM sepekan setelah mendapat bimbingan pada Sesi 1 yang mengangkat tema "mengapa harus bersabar", DM mengaku kesabarannya berada pada level 6 dan motivasinya untuk mengikuti bimbingan berada pada level 5. DM cukup tertarik untuk mengikuti sesi bimbingan selanjutnya dan merasa butuh dan ingin mengetahui lebih jauh tentang kesabaran. (DOC.35.10.15).

Pada Sesi 2 dengan tema "jadilah manusia langit!" yang di dalamnya menjelaskan tentang tawakkal yaitu mewakilkan segala urusan kepada Allah lalu berusaha sekuat tenaga sebagai faktor utama penguat kesabaran, DM menempatkan dirinya pada level 4 sebelum mengikuti sesi bimbingan. Setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, DM mengaku lebih nyakin bahwa Allah memerintahkan hamba-Nya untuk bersabar karena sabar menguntungkan dan berdampak positif bagi pelakunya. DM merasa ketawakkalannya naik ke level 5. Komitmen DM setelah mendapatkan bimbingan pada Sesi 2 ini, ia akan terus mengikuti sesi bimbingan selanjutnya karena ingin menambah ilmu naik. DM pun menyadari bahwa fluktuasi keimanan mempengaruhi kesabaran. Oleh karena itu, ia berkomitmen untuk meningkatkan

keimanannya. DM mengaku sudah melakukan langkah-langkah untuk bersabar. Pengalamannya dirasakan langsung ketika ingin marah, DM memilih untuk menahannya dan bersabar (DOC.36.10.15).

Sampai Sesi 3 yang mengangkat tema "ilmu sebelum sabar" yang di dalamnya menjelaskan tentang pentingnya kesadaran tentang manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan, sebelumnya DM merasa kesadarannya berada pada level 4. Setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, DM merasakan kesadarannya masih pada level yang sama. Walaupun demikian, DM sudah mencoba untuk mengikuti langkah-langkah yang dibimbingkan oleh guru BK dan belajar sedikit demi sedikit. (DOC.37.10.15).

Pada Sesi 4 yang mengangkat tema "*tahanlah, jangan diledakkan*!" yang melatihkan diri menahan gejolak pada hentakkan pertama, DM merasa bahwa sebelumnya belum mampu untuk menahan gejolak dan membuncahkannya. DM menempatkan diri pada level 4. Setelah mendapatkan bimbingan, DM merasakan ada peningkatan dan menempatkan diri pada level 5. Pengalaman diuji kesabaran setelah mengikuti Sesi 4 adalah menghadapi adik yang rewel yang biasanya langsung bereaksi marah. Setelah mendapatkan bimbingan, DM selalu berpikir dulu antara harus marah atau tidak (DOC.38.11.15).

Sampai pada Sesi 5 yang mengangkat tema "*sabar dalam taat",* yang di dalamnya membimbingkan cara mengabaikan segala godaan dalam melaksanakan kewajiban yang harus ditaati, DM merasa kesabarannya untuk ketaatan berada pada level 5. Ia merasa cukup dapat bersabar. Namun, setelah mendapatkan bimbingan di Sesi 5, DM mengakui masih berada di level yang sama, yaitu level 8. Sampai pada Sesi 5 ini, DM masih naik dan turun dalam menghadapi sesuatu yang memancing emosi. Walaupun masih sulit, DM selalu ingat bahwa pernah mendapat bimbingan untuk bersabar. Langkah yang dilakukannya adalah mencoba untuk tidak marah (DOC.39.11.15).

Sampai pada Sesi 6 yang mengangkat tema "*bertemanlah dengan para penyabar*", yang membimbing penguatan kesabaran melalui persahatan dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan baik. Sebelum mendapatkan

bimbingan, DM merasa sangat kurang mampu bergaul dan menghindari pertemanan karena sering tidak kuat ketika ada teman yang menjengkelkan. Setelah mendapatkan bimbingan. DM mengaku bahwa persahabatan dengan orang yang bisa menguatkan kesabaran dan berada dengan lingkungan yang baik itu sangat penting. Kekhawatiran terhadap teman yang akan menjengkelkan menjadi berkurang dan mampu menahan diri untuk marah. Langkah yang sudah dilakukan ketika menghadapi situasi yang memancing kemarahan adalah dengan mengingat ayat-ayat tentang sabar. Setelah itu marahnya menjadi turun (DOC. 40.11.15).

Sampai pada Sesi 7, sesi terakhir yang mengangkat tema "*berdoalah, mohon kekuatan sabar*!", yang berisi latihan penguatan kesabaran dengan berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT. Sebelum mendapat bimbingan, DM merasa kemampuannya untuk berserah diri kepada Allah ada pada level 3. Setelah mendapatkan bimbingan, DM merasakan ada peningkatan pada level 4. Namun demikian, DM masih membutuhkan kesabaran untuk berdoa memohon kesabaran. (DOC.41.11.15).

Secara umum DM mengakui bahwa ia mengalami peningkatan dalam kesabaran walaupun sedikit. Ia akan terus berusaha. Terkait dengan kesannya, DM menuliskan pengalamannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, sebagaimana dikutip dari tulisan tangan asli DM sebagai berikut, "*Menarik;) karena belum pernah tahu sebelumnya ada bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran. Lebih yakin lagi bahwa segala permasalahan pasti ada solusinya, dan sebaik-baiknya solusi ada pada pesan-pesan Allah yang tersurat dalam Al-Quran* (DOC.42.11.15).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, pada lembar testimoninya DM menempatkan kesabarannya pada level 5. Pada lembar testimoni setelah Sesi Ketujuh, DM menempatkan kesabarannya pada level 4. Dengan kata lain, *trend* kesabaran DM juga cenderung terus meningkat. Seperti halnya yang lain, DM pun mengalami naik-turunnya kesabaran. Bahkan, DM mersakannya sebagai sesuatu yang berat karena untuk bersabar itu tidak mudah.

Selama kurun waktu empat bulan tersebut, DM mengalami ujian-ujian kesabaran. DM mengaku masih mengingat cara-cara untuk bersabar sebagaimana telah dibimbingkan akan berusaha untuk mengaplikasikannya walalupun ia sendiri merasakan pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran mungkin tinggal setengahnya. DM meyakini bahwa kesabaran itu adalah sebuah proses sepanjang hidup, oleh sebab itu ia masih membutuhkan Bimbingan dengan Tadabbur Al-Quran untuk menghadapi fluktuasi kesabarannya. (DOC.43.04.16).

Dinamika Kesabaran AAM

AAM adalah subjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah keempat berdasarkan hasil *pretest*, yaitu 36,50 dengan status kesabaran rendah. Hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata AAM meningkat menjadi 85,75 dengan *gain* 49,25 dan status kesabarannya otomatis naik menjadi sangat tinggi. Kenaikan skor rata-rata AAM menempatkannya pada posisi kedelapan. Peningkatan yang signifikan dialami oeh AAM setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Setelah berlalu empat bulan dari *posttest* 1 dan tidak mendapatkan intervensi melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, hasil *posttest* 2 menunjukkan skor AAM adalah 83,94 dengan status kesabaran tinggi. Skor AAM sebenarnya turun 1,81 poin tetapi kesabarannya tetap berada pada status sangat tinggi.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran AAM merata berada pada level rendah. Pada dimensi Sabar Hati, sebagaimana, AAM termasuk remaja yang kurang mampu untuk berlapang dada. Pada dimensi Sabar Pikiran, AAM termasuk remaja yang lemah untuk memikirkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan dan belum mampu mengambil hikmah atau pelajaran dari apa yang dialaminya. Pada dimensi Sabar Lisan, AAM belum mampu mengendalikan lisan untuk berkata yang baik. Pada dimensi Sabar Jawarih, AAM termasuk remaja yang belum mampu dalam mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual, cenderurng mudah merusak barang ketika marah, dan mudah kehilangan tekad. Namun, setelah menganalisa

hasil *posttest 1* dan *posttest 2*, kesabaran AAM meningkat cukup tajam. Berdasarkan data tersebut, AAM dapat dikatakan mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. Dalam fluktuasi kesabarannya, AAM menjadi remaja yang lebih mampu untuk berlapang dada, berpikir logis dan dapat mengambil pelajaran dari setiap kejadian buruk yang dialaminya, lebih mampu untuk berkata baik, mampu mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual, mampu mengendalikan dorongan untuk merusak barang, dan tidak mudah kehilangan tekad.

Berdasarkan hasil wawancara, AAM adalah lulusan sebuah MTs. Secara keilmuan, AAM memiliki pondasi yang cukup untuk belajar di sekolah semodel MAN. AAM memiliki motivasi tersendiri untuk melanjutkan ke MAN selain dikuatkan oleh keluarga karena kerabat-kerabat AAM kebanyakan lulusan MAN 1 Kota Bandung. Motivasi untuk mendalami keilmuan Agama Islam yang mendorongnya untuk memilih Program Agama.

Berdasarkan penelusuran melalui *artefact* status FB, AAM berasal dari luar daerah Bandung. AAM diketahui sebagai remaja yang senang bergaul dan *travelling*. Sebagai remaja muslimah, AAM menyukai film cinta yang bernuansa spiritual. AAM juga menyukai music dan lagu-lagu spiritual seperti nasyid. AAM kurang menyukai membaca tetapi ia senang menonton acara yang menampilkan kisah hidup seseorang yang luar biasa dan memberi inspirasi bagi kehidupan seperti acara Kick Andy.

Berdasarkan analisa terhadap dokumen berupa jurnal yang diisi oleh AAM setiap sepekan setelah mendapat bimbingan diperoleh dinamika kesabaran yang dialami oleh AAM seperti dijelaskan berikut ini. Pada jurnal 1, yaitu sepekan setelah AAM mengikuti Sesi 1 yang mengangkat tema “mengapa harus bersabar”, AAM mengaku kesabarannya berada pada level 5 dan motivasinya untuk mengikuti bimbingan berada pada level 7. AAM sangat tertarik untuk mengikuti sesi bimbingan karena baru mengetahui bahwa sabar itu ada kaitannya dengan Allah bukan sekadar kemampuan diri sendiri saja. Sebelumnya AAM hanya memahami jika sabar itu hanya berkaitan dengan musibah saja. (DOC. 44.10.15).

Setelah mengikuti Sesi 2 dengan tema “jadilah manusia langit!” yang di dalamnya menjelaskan tentang tawakkal yaitu mewakilkan segala urusan kepada Allah lalu berusaha sekuat tenaga sebagai faktor utama penguat kesabaran, sebelum mengikuti sesi bimbingan. Ia merasa cukup mampu untuk bertawakkal. AAM menempatkan dirinya pada level 6. Setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, AAM mengaku lebih yakin bahwa bertawakal hanya Allah. AAM merasa ketawakkalannya naik ke level 7. Komitmen AAM setelah mengikuti Sesi 2 ini, ia akan terus mengikuti sesi bimbingan selanjutnya karena senang dengan bacaan murattalnya. Walaupun demikian, AAM merasakan fluktuasi kesabarannya seiring naik dan turunnya keimanan. (DOC. 45.10.15).

Sampai pada Sesi 3 yang mengangkat tema “ilmu sebelum sabar” yang di dalamnya menjelaskan tentang pentingnya kesadaran tentang manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan. Sebelum mengikuti Sesi 3, AAM merasa kesadarannya berada pada level 3. Setelah mendapatkan bimbingan, AAM merasakan kesadarannya naik pada level 4. AAM mengakui bahwa dirinya sudah mencoba untuk mengikuti langkah-langkah yang dibimbingkan oleh guru BK, yaitu mengingat bahwa Allah akan bersama orang-orang yang sabar (DOC.46.10.15).

Berikutnya dinamika kesabaran AAM setelah mengikuti Sesi 4 yang mengangkat tema “*tahanlah, jangan diledakkan*!” yang melatihkan diri menahan gejolak pada hentakkan pertama. AAM merasa bahwa kadang-kadang mampu untuk menahan gejolak dan tidak membuncahkannya tapi kadang-kadang juga tidak mampu. AAM menempatkan diri pada level 5. Setelah mendapatkan bimbingan, AAM merasakan ada peningkatan dan menempatkan diri pada level 7. Pengalaman diuji kesabaran setelah mengikuti Sesi 4 adalah saat malam setelah siang harinya mengikuti bimbingan, ada suatu hal yang hampir membuat AAM menangis di hadapan saudara dan ibunya, tetapi ia menahannya dan tidak membuncahkannya (DOC.47.11.15).

Selanjutnya dinamika kesabaran AAM setelah mengikuti Sesi 5 yang mengangkat tema “*sabar dalam taat”,* yang di dalamnya membimbingkan cara mengabaikan segala godaan dalam melaksanakan kewajiban yang harus ditaati.

Sebelum mengikuti sesi bimbingan, AAM merasa kesabarannya untuk ketaatan berada pada level 6. Ia merasa cukup dapat bersabar. Setelah mendapatkan bimbingan di Sesi 5, AAM merasakan peningkatan hingga level 7. Sampai pada Sesi 5 ini, AAM sudah mencoba melakukan tips-tips yang disarankan oleh guru BK agar dapat bersabar, yaitu memilih diam ketika ada yang memberi nasihat. Selain, AAM merasakan adanya peningkatan setelah dibimbing dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran walaupun peningkatannya hanya sedikit (DOC.48.11.15).

Berikutnya dinamika kesabaran AAM setelah mengikuti Sesi 6 yang mengangkat tema "*bertemanlah dengan para penyabar*", yang membimbing penguatan kesabaran melalui persahatan dengan teman yang baik dan bergaul dalam lingkungan baik. Sebelum mendapatkan bimbingan, AAM merasa cukup mampu bergaul dan menghindari pertemanan yang tidak bermanfaat. Apalgi setelah mendapatkan bimbingan, AAM mengaku lebih merasa kuat untuk menjalin persahabatan dengan orang yang bisa menguatkan kesabaran dan berada dengan lingkungan yang baik. Salah satu cara yang dilakukan oleh AAM dalam berteman adalah mengalah tetapi dalam hal kebaikan (DOC.49.11.15).

Berakhir pada Sesi 7, dinamika kesabaran AAM setelah mengikuti sesi terakhir yang mengangkat tema "*berdoalah, mohon kekuatan sabar*!", yang berisi latihan penguatan kesabaran dengan berserah diri dan memohon kesabaran kepada Allah SWT. Sebelum mendapat bimbingan, AAM merasa kemampuannya untuk berserah diri kepada Allah ada pada level 6. Setelah mendapatkan bimbingan, AAM merasakan ada peningkatan pada level 7. Namun demikian, AAM tetap membutuhkan bimbingan untuk mampu berserah diri dan memohon kepada Allah. (DOC.50.12.15).

Secara umum AAM mengakui bahwa ia mengalami peningkatan dalam kesabaran setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran walaupun peningkatannya sedikit. Ia mengaku lebih kuat untuk menahan kemarahan dan tidak membuncahkannya. Terkait dengan kesannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, AAM menyampaikan, sebagaimana dikutip dari tulisan tangan asli AAM DR sebagai

berikut, "…*yang terkesan dalam bimbingan ini yaitu ketika mendengarkan murattal Al-Quran dan membacanya bersama-sama serta ketika membaca dan berdoa bersama-sama*" (DOC.51.12.15).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, pada lembar testimoninya AAM menempatkan kesabarannya pada level 5. Pada lembar testimoni setelah Sesi Ketujuh, AAM menempatkan kesabarannya pada level 7. Dengan kata lain, kesabaran AAM cenderung menurun. Seperti halnya yang lain, AAM pun mengalami naik-turunnya kesabaran. Bahkan, AAM mersakannya sebagai sesuatu yang berat. Selama kurun waktu empat bulan tersebut, AAM mengalami ujian-ujian kesabaran. AAM mengaku masih mengingat cara-cara untuk bersabar sebagaimana telah dibimbingkan akan berusaha untuk mengaplikasikannya walalupun ia sendiri merasakan pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran mungkin tinggal setengahnya. AAM meyakini bahwa kesabaran itu adalah sebuah proses sepanjang hidup, oleh sebab itu ia masih membutuhkan Bimbingan dengan Tadabbur Al-Quran untuk menghadapi naik-turunnya kesabaran dan keimanannya. AAM menekankan bahwa Al-Quran adalah pedoman hidup untuk mengatasi berbagai problema kehidupan sehari-hari (DOC.52.04.16).

Dinamika Kesabaran AAT

AAT adalah subjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah kelima berdasarkan hasil *pretest*, yaitu 36,75 dengan status kesabaran rendah. Hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata AAT meningkat dengan *gain* 47,50 menjadi 84,25 dan menempati urutan keduabelas dengan status kesabaran sangat tinggi. Peningkatan yang signifikan dialami oeh AAT setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Setelah berlalu empat bulan dari *posttest* 1 dan tidak mendapatkan intervensi melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, hasil *posttest* 2 menunjukkan skor AAT adalah 81,62, dengan kata lain *gaining*-nya menurun 2,63 poin dan status kesabarannya turun dari sangat tinggi menjadi

tinggi. Bahkan dalam testimoninya AAT menempatkan level kesabarannya pada level 2 padahal setelah Sesi Ketujuh, level kesabarannya dirasakan berada pada level 7. Fenomena penurunan yang sangat drastis, yaitu turun 5 level. Menelusuri dinamika kesabaran AAT dimulai mengikuti alur sesi bimbingan.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran AAT merata berada pada level rendah. Pada dimensi Sabar Hati, sebagaimana, AAT termasuk remaja yang belum mampu untuk ikhlas dan berlapang dada. Pada dimensi Sabar Pikiran, AAT termasuk remaja yang lemah untuk memikirkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan. Pada dimensi Sabar Lisan, AAT belum mampu mendoakan kebaikan bagi orang lain dan mudah menggosip keburukan orang lain. Pada dimensi Sabar Jawarih, AAT termasuk remaja yang belum mampu dalam mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual dan cenderurng mudah merusak barang ketika marah. Namun, setelah menganalisa hasil *posttest 1* dan *posttest 2*, kesabaran AAT meningkat cukup tajam. Berdasarkan data tersebut, AAT dapat dikatakan mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. Dalam fluktuasi kesabarannya, AAT menjadi remaja yang lebih mampu untuk ikhlas dan berlapang dada, berpikir logis sebelum memutuskan suatu tindakan, lebih mampu untuk mendoakan orang lain dan menahan diri untuk menggosip, mampu mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual serta mampu mengendalikan dorongan untuk merusak barang.

Berdasarkan hasil wawancara, AAT adalah lulusan sebuah MTs di luar Kota Bandung. Ia memiliki motivasi besar untuk melanjutkan sekolah ke MAN 1 Bandung. Tetapi, pada saat AAT duduk di Kelas XI, AAT menghadapai problem terbesar yang dirasakannya sangat menggangu kesabaran AAT, yaitu problem di rumah. Ibu AAT mengalami kondisi seperti gangguan jiwa setelah mempelajari ilmu kebatinan kepada seseorang. Sejak itu, AAT seperti kehilangan daya tahan dalam menghadapi berbagai macam persoalan (INT.45.03.16). Berdasarkan *artefact* dalam status-status FB-nya, diketahui bahwa AAT adalah remaja putri yang aktif dalam dunia menulis. Selain menyukai novel remaja, AAT juga berbakat dalam menulis novel sendiri. Beberapa hasil karyanya diposting via FB dan di-share oleh teman-temannya.

Berdasarkan analisa terhadap dokumen berupa jurnal yang diisi oleh AAT setiap sepekan setelah mendapat bimbingan diperoleh dinamika kesabaran yang dialami oleh AAT. Pada jurnal 1, yaitu sepekan setelah AAT mengikuti Sesi 1 yang mengangkat tema "mengapa harus bersabar", AAT merasa kesabarannya berada pada level 4 dan motivasinya untuk mengikuti bimbingan berada pada level 3. AAT merasa kurang mampu untuk bersabar dan merasa kurang termotivasi untuk mengikuti bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran (DOC.53.10.15).

Setelah mengikuti Sesi 2 dengan tema "jadilah manusia langit!" yang di dalamnya menjelaskan tentang tawakkal, AAT mengaku bahwa ia merasa lebih baik dalam bertawakkal. Ia menempatkan diri pada level 6. Padahal, sebelum mengikuti Sesi 2, AAT merasa ketawakalannya berada pada level 5. Komitmen AAT setelah mengikuti Sesi 2 ini, ia akan terus mengikuti sesi bimbingan selanjutnya karena merasa mendapatkan pembelajaran karakter yang seharusnya didapatkan dari pelajaran Aqidah-Akhlak. Bagi AAT, selama ini dalam pembelajaran Aqidah-Akhlak malah melupakan tentang pengembangan karakter. (DOC.54.10.15).

Sampai pada Sesi 3 yang mengangkat tema "ilmu sebelum sabar", AAT mengaku bahwa sebelum dan sesudah mengikuti Sesi 3, kesadarannya terhadap manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan masih belum ada peningkatan, tetap berada pada level 3. Dengan kata lain, AAT masih belum mampu untuk mempertimbangkan manfaat dan mudarat. AAT juga mengaku bahwa dirinya belum mencobakan kiat-kiat yang dibimbingkan oleh guru BK untuk bersabar. Walaupun AAT menempatkan kesabarannya pada level 3, namun ia merasakan ada perubahan dalam jiwanya. Setidaknya ia merasa dan selalu mengingat tentang kesabaran Khidhir. Karakter sabar Khidhir menghadapi sikap Nabi Musa menjadi sesuatu yang tertanam dalam jiwanya (DOC.55.10.15).

Berikutnya dinamika kesabaran AAT setelah mengikuti Sesi 4 yang mengangkat tema "*tahanlah, jangan diledakkan*!" yang melatihkan diri menahan gejolak pada hentakkan pertama. AAT merasa bahwa kadang-kadang mampu untuk menahan gejolak dan tidak membuncahkannya tapi kadang-kadang juga

tidak mampu. AAT menempatkan diri pada level 5. Setelah mendapatkan bimbingan, AAT merasakan ada peningkatan dan menempatkan diri pada level 6. Naik dan turunnya kesabaran dirasakannya seiring dengan naik dan turunnya keimanan. Setelah mengikuti Sesi 4, AAT punya cara meredam kemarahan, yaitu diam dan menjauh dari objek yang memancing kemarahan. (DOC.56.11.15).

Selanjutnya dinamika kesabaran AAT setelah mengikuti Sesi 5 yang mengangkat tema "*sabar dalam taat".* Sebelum mengikuti sesi bimbingan, AAT merasa belum mampu bersabar dalam ketaatan. Ia menempatkan dirinya pada level 4. Setelah mendapatkan bimbingan di Sesi 5, AAT merasakan peningkatan walaupun hanya satu tingkat ke level 5. Sampai pada Sesi 5 ini, AAT sudah mencoba melakukan tips-tips yang disarankan oleh guru BK agar dapat bersabar, Salah satu yang selalu diingat AAT adalah kisah Musa dan Khidhir. Selain itu, AAT juga mulai merasakan manfaat yang sebenarnya dari bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran ini (DOC.57.11.15).

Berikutnya dinamika kesabaran AAT setelah mengikuti Sesi 6. AAT mengaku kadang-kadang bisa memilih teman yang bisa menguatkan kesabaran, kadang-kadang tidak. Level sebelum dan sesudah masih tetap sama, yaitu level 5. Hal yang masih mengganjal AAT dalam hal berteman dan bersahabat adalah dalam hal saling menasihati. (DOC.58.11.15).

Berakhir pada Sesi 7, AAT mengaku merasa lebih baik. AAT merasa lebih tenang setelah dibimbing untuk berdoa dan menyerahkan diri kepada Allah memohon agar dikuatkan kesabaran. AAT merasa kesabarannya berada di level 7. Ia pun merasa sudah mulai bisa mengendalikan kemarahannya. Bagi AAT, berdoa dan berserah diri agar Allah seutuhnya agar dilimpahi kesabaran adalah kebutuhan hidup. AAT akhirnya berkeyakinan bahwa hidup hanya menjalani apa yang sudah Allah tentukan tanpa melupakan usaha yang bisa dilakukan. (DOC.59.11.15).

Secara umum AAT mengakui bahwa ia mengalami peningkatan dalam kesabaran setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran walaupun peningkatannya sedikit. Ia mengaku lebih kuat untuk bersabar setelah Sesi 7. Terkait dengan kesannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, AAT memberikan testimoninya, sebagaimana

dikutip dari tulisan tangan asli AAT sebagai berikut, "*Menyenangkan, mengecas kembali akan kedekatan kita dengan Al-Quran. Sebagai renungan akan diri kita. Sikap yang harus selalu kita hadirkan dalam pribadi kita ialah sabar dan syukur*."(DOC.60.11.15).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, AAT menempatkan kesabarannya pada level 2, kedudukan kesabaran yang kembali pada status rendah. Status kesabaran AAT sangat menurun tajam. Kondisi yang dialami ibunya, memungkinkan AAT mengalami ujian kesabaran yang semakin berat. Walaupun demikian, AAT mengakui bahwa selama kurun waktu empat bulan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran masih dirasakan pengaruhnya tetapi sudah mengecil. Oleh sebab itu, AAT masih membutuhkan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk menjaga fluktuasi kesabarannya. Bagi AAT, mentadabburi Al-Quran ibarat mengikuti petunjuk pemakaian ketika membeli suatu barang. Komitmen AAT adalah akan membaca kembali materi-materi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk menjaga kesabarannya (DOC.61.04.16).

Dinamika Kesabaran ESN

ESN adalah subjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah keenam berdasarkan hasil *pretest*, yaitu 37,00 dengan status kesabaran rendah tentunya. Hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata ESN meningkat dengan *gain* 48,75 menjadi 85,75 dan menempati urutan ketujuh dengan status kesabaran sangat tinggi. Peningkatan yang signifikan dialami oeh ESN setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Setelah berlalu empat bulan dari *posttest* 1 dan tidak mendapatkan intervensi melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, hasil *posttest* 2 menunjukkan skor ESN adalah 87,03 dengan status kesabaran sangat tinggi. *Gaining* kesabaran ESN naik 1,28 poin. Namun, dalam testimoni setelah empat berlalu tersebut, ESN menemaptkan kesabarannya pada level 6 padahal emoat bulan sebelumnya, yaitu setelah Sesi Ketujuh, ESN menempatkan merasa

kesabarannya ada pada level 7. Dengan kata lain, secara kuantitatif menaik tetapi secara kualitatif menurun.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran ESN merata berada pada level rendah. Pada dimensi Sabar Hati, sebagaimana, ESN termasuk remaja yang belum mampu untuk bertawakkal kepada Allah dan berlapang dada. Pada dimensi Sabar Pikiran, ESN termasuk remaja yang lemah untuk memikirkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan dan belum mampu mengambil hikmah dari suatu kejadian yang menimpanya. Pada dimensi Sabar Lisan, ESN belum mampu mengendalikan diri untuk berbangga diri dan mudah menggosip keburukan orang lain. Pada dimensi Sabar Jawarih, ESN termasuk remaja yang belum mampu dalam mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual, cenderung mengikuti keinginan untuk menyakiti orang lain dan cenderurng mudah merusak barang ketika marah, serta sulit memaafkan dan berdamai dengan orang yang bermasalah dengannya. Namun, setelah menganalisa hasil *posttest 1* dan *posttest 2*, kesabaran ESN meningkat cukup tajam. Berdasarkan data tersebut, ESN dapat dikatakan mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. Dalam fluktuasi kesabarannya, ESN menjadi remaja yang lebih mampu untuk memulai tawakkal dan berlapang dada, berpikir logis sebelum memutuskan suatu tindakan, mampu mengambil pelajaran dari apa yang menimpanya, mampu untuk tidak membanggakan diri dan menggosip keburukan orang lain, mmpu mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual, mampu mengendalikan dorongan untuk merusak barang, serta mampu untuk menahan keinginan menyakiti orang lain dan mampu berdamai dengan orang yang pernah bermasalah dengannya.

ESN belajar di MAN 1 Kota Bandung atas kemauan sendiri tanpa dorongan orang. Berdasarkan *artefact* dalam status-status FB-nya, diketahui bahwa ESN adalah remaja putri yang aktif di kegiatan remaja masjid, baik di MAN 1 Kota Bandung maupun di masjid sekitar rumahnya. ESN juga menyukai *travelling*.

Dinamika kesabaran ESN dianalisa berdasarkan jurnal-jurnal yang diisi oleh ESN setiap satu pekan setelah selesai satu sesi bimbingan. Berdasarkan

Jurnal Sesi 1, ESN mengaku bahwa sebelum mendapat bimbingan ia merasa kesabarannya berada pada level 7 dan motivasi untuk mengikuti bimbingan berada pada level 5. Dengan kata lain, ESN merasa sudah mampu bersabar namun pengetahuan tentang sabar baru diketahuinya setelah mendapat bimbingan di Sesi 1 yang menjelaskan tentang hakikat dan manfaat sabar. Lepas itu, sabar ternyata tidak mudah. Sabar itu sulit. Oleh sebab itu, ESN merasa masih belum mampu mengendalikan diri. Tetapi pada akhirnya bisa reda. Secara jujur, ESN mengakui bahwa dirinya mendapatkan pencerahan dan motivasi untuk meningkatkan kesabarannya (DOC.62.10.15).

Analisa terhadap dinamika kesabaran ESN dilajutkan terhadap Jurnal 2. Setelah mengikuti Sesi 2 dengan tema "jadilah manusia langit!" yang di dalamnya menjelaskan tawakkal sebagai tonggak kesabaran, ESN mengaku bahwa ia merasa lebih baik dalam bertawakkal. Ia menempatkan diri pada level 4. Padahal, sebelum mengikuti Sesi 2, ESN merasa ketawakalannya berada pada level 3. Komitmen ESN setelah mengikuti Sesi 2 ini, ia akan terus mengikuti sesi bimbingan selanjutnya karena ingin mendalami dan mengetahui lebih jauh proses bimbingan dengan pendekatan Tadbbur Al-Quran (DOC.63.10.15).

Selanjutnya, setelah mengikuti bimbingan pada Sesi 3. yang mengangkat tema "ilmu sebelum sabar", ESN tidak menuangkan pengalamannya. Namun, setelah Sesi 4 ESN memberikan penjelasan tentang kemampuannya dalam menahan gejolak dan tidak membuncahkannya sejak kesempatan pertama. ESN mengaku pada kemampuannya berada pada level 3 sebelum mendapatkan bimbingan dan meningkat satu tingkat ke level 4 setelah mendapatkan bimbingan. Setelah mengikuti Sesi 4, ESN sudah mulai mentadabburi Al-Quran sendiri di rumah. Ia merasa lebih tenang, tenteram, dan damai (DOC.64.11.15).

Dinamika kesabaran ESN dipantau setelah mengikuti Sesi 5. Sebelum mengikuti sesi bimbingan, ESN merasa belum mampu bersabar dalam ketaatan. Ia menempatkan dirinya pada level 4. Setelah mendapatkan bimbingan di Sesi 5, ESN merasakan ada peningkatan walaupun hanya satu tingkat. Sampai pada Sesi 5 ini, ESN sudah mencoba melakukan tips-tips yang disarankan oleh guru BK agar dapat bersabar. Setidaknya, ESN dapat lebih mengendalaikan diri pada saat

menunggu seseorang karena bagi ESN menunggu adalah sesuatu yang tidak menyenangkan (DOC.65.11.15).

Berikutnya setelah mengikuti Sesi 6. Dinamika kesabaran ESN terpantau naik pada level 6. Sesi 6 membahas tentang tips menguatkan kesabaran melalui persahabatan dengan teman yang sabar dan berada di lingkungan orang-orang yang sabar. Padahal, sebelum mengikuti Sesi 6, ESN merasa kesabarannya berasda pada level 5. Namun demikian, ESN mengaku bahwa dirinya masih suka menggerutu dalam hati jika disuruh menunggu teman yang lama (DOC.66.11.15).

Berakhir pada Sesi 7, ESN mengaku merasa lebih baik lagi. ESN menempatkan diri pada level 7. Gejolak untuk membuncahkan kemarahan juga bisa kendalikan. ESN mengaku bahwa setelah mendapatkan bimbingan pada Sesi 7, ia mengalami masalah ketika dikata-katai dengan kata-kata yang menyakitkan oleh kakaknya. Prinsip yang dipegang oleh ESN adalah tidak membalas keburukan yang dilakukan oleh orang lain kepada dirinya. ESN merasakan manfaat dengan doa untuk dapat mengendalikan kemarahan (DOC.67.11.15).

Secara umum ESN mengakui bahwa ia mengalami peningkatan dalam kesabaran setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran walaupun peningkatannya sedikit. Terkait dengan kesannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, ESN memberikan testimoninya, sebagaimana dikutip dari tulisan tangan asli ESN sebagai berikut, "*Sangat menarik karena semua materi yang disampaikan itu dapat membuat hati saya menajadi tenang dan ditambah dengan selalu memutarkan lantunan ayat-ayat suci Al-Quran*."(DOC.68.12.15).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, secara kuantitatif skor kesabaran ESN menunjukkan peningkatan. Namun, berdasarkan pengakuannya dalam testimoni *posttest* 2 ESN menempatkan kesabarannya pada level 6 padahal dalam testimony *posttest* 1, ESN menempatkan kesabarannya pada level 7. Hal yang menarik perhatian, ESN mengakui bahwa pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran masih dirasakannya sangat besar. Komitmen ESN di masa kini dan seterusnya adalah berusaha menata hidup

dengan berpedoman pada Al-Quran, salah satu caranya adalah dengan mentadabburi ayat-ayatnya (DOC.70.04.16).

Dinamika Kesabaran AHN

AHN adalah subjek penelitian dengan skor rata-rata paling rendah ketujuh berdasarkan hasil *pretest*, yaitu 37,50 dengan status kesabaran rendah. Hasil *posttest* 1 menunjukkan rata-rata AHN meningkat dengan *gain* 41,50 menjadi 79,00 dan menempati urutan kedelapanbelas dengan status kesabaran tinggi. Peningkatan yang signifikan dialami oeh AHN setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk pengembangan karakter sabar remaja. Setelah berlalu empat bulan dari *posttest* 1 dan tidak mendapatkan intervensi melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, hasil *posttest* 2 menunjukkan skor AHN menjadi 83,17 dengan status kesabaran sangat tinggi. Secara kuantitatif, *trend* kesabaran AHN cenderung terus meningkat. Peningkatan tersebut tidak sesuai dengan testimoni AHN yang menempatkan kesabarannya pada level 8 padahal pada saat testimoni saat *posttest* 1, AHN menempatkan kesabarannya pada level 9. Dengan kata lain, secara kualitatif, status kesabaran AHN menurun satu level. Hal ini menguatkan temuan bahwa kesabaran berlaku fluktuatif, dinamis, dan subjektif dialami oleh setiap individu.

Berdasarkan analisa terhadap hasil *prestest*, seluruh dimensi dan aspek kesabaran AHN merata berada pada level rendah. Pada dimensi Sabar Hati, sebagaimana, AHN termasuk remaja yang belum mampu untuk ikhlas, berlapang dada, dan rendah hati. Pada dimensi Sabar Pikiran, AHN termasuk remaja yang lemah untuk memikirkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan dan belum ulet dalam mempelajari kesulitan. Pada dimensi Sabar Lisan, AHN belum mampu mengendalikan diri untuk berbangga diri dan mudah menggosip keburukan orang lain. Pada dimensi Sabar Jawarih, AHN termasuk remaja yang belum mampu dalam mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual, cenderung mengikuti keinginan menyakiti orang lain, dan mudah kehilangan tekad. Namun, setelah menganalisa hasil *posttest 1* dan *posttest 2*, kesabaran AHN meningkat cukup tajam. Berdasarkan data tersebut, AHN dapat dikatakan

mengalami perubahan dalam perilaku sabarnya. Dalam fluktuasi kesabarannya, AHN menjadi remaja yang lebih mampu untuk memulai mengikhlaskan diri, berlapang dada, rendah hati berpikir logis sebelum memutuskan suatu tindakan, mampu mengambil pelajaran dari apa yang telah menimpanya, mampu untuk tidak membanggakan diri dan menggosip keburukan orang lain, mmpu mengendalikan syahwat perut dan gejolak seksual, mampu mengendalikan dorongan untuk merusak barang, serta mampu untuk menahan keinginan menyakiti orang lain dan mampu berdamai dengan orang yang pernah bermasalah dengannya, serta mampu mempertahankan tekad.

Berdasarkan hasil wawancara, AHN mengaku pernah mondok di beberapa pesantren yang masih berada di wilayah Kabupaten Bandung yang menjadi tempat tinggalnya. Sebelum melanjutkan ke MAN 1, AHN bersekolah di sebuah MTs yang terintegrasi dengan pondok pesantren di wilayah Kabupaten Bandung juga. Rumahnya sebenarnya cukup jauh dari MAN 1 Kota Bandung tapi ia memilih bersekolah di Kota Bandung karena ingin mencari suasna baru. AHN mengaku bahwa dirinya mendapat dukungan dari ayah dan ibunya untuk menjadi orang yang lebih baik dalam pemahaman agama. Orang tuanya menginginkan agar AHN lebih baik dari mereka dalam ilmu agama. (INT.47.12.15).

Dinamika kesabaran AHN dianalisa berdasarkan jurnal-jurnal yang diisi oleh AHN setiap satu pekan setelah selesai satu sesi bimbingan. Berdasarkan Jurnal Sesi 1, AHN mengaku bahwa sebelum mendapat bimbingan ia merasa kesabarannya berada pada level 7 dan motivasi untuk mengikuti bimbingan berada pada level 5. Dengan kata lain, AHN merasa sudah mampu bersabar namun pengetahuan dan pemahaman tentang hakikat sabar baru diketahuinya setelah mendapat bimbingan di Sesi 1 yang menjelaskan tentang hakikat dan manfaat sabar. Sebelum mengikuti sesi bimbingan, AHN meyakini bahwa manfaat sabar itu hanya sedikit saja tetapi setelah mendapat bimbingan, ia baru menyadari bahwa manfaat sabar sangat besar bagi kehidupan. AHN berkomitmen untuk mengamalkan atau mengaplikasikan apa-apa yang diarahkan oleh guru BK dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. (DOC.71.10.15).

Analisa terhadap dinamika kesabaran AHN dilajutkan terhadap Jurnal 2. Sebelum mengikuti Sesi 2 dengan tema "jadilah manusia langit!" yang di dalamnya menjelaskan tawakkal sebagai tonggak kesabaran, AHN mengaku kurang bertawakkal kepada Allah. Ia lebih percaya pada diri sendiri dan manusia lainnya. Namun, setelah mengikuti Sesi 2, AHN merasa tersadarkan untuk mengutamakan bertawakkal kepada Allah. AHN juga berkomitmen untuk melanjutkan sesi bimbingan berikutnya (DOC.72.10.15).

Selanjutnya, setelah mengikuti bimbingan pada Sesi 3. yang mengangkat tema "ilmu sebelum sabar", seperti halnya ESN, AHN juga tidak menuangkan pengalamannya. Namun, setelah Sesi 4 AHN memberikan penjelasan tentang kemampuannya dalam menahan gejolak dan tidak membuncahkannya sejak kesempatan pertama. AHN mengaku bahwa dirinya sudah lebih baik dalam menahan gejolak untuk membuncahkan kemarahan dan kekecewaan pada hentakan pertama. AHN menempatkan dirinya pada level 8. AHN juga sudah mulai mentadabburi Al-Quran sendiri di rumah (DOC.73.11.15).

Dinamika kesabaran AHN terus dipantau setelah mengikuti Sesi 5. Setelah mengikuti sesi bimbingan, AHN merasakan lebih baik dalam hal ketaatan beribadah. Ia menempatkan dirinya pada level 9. Sampai pada Sesi 5, AHN mengaku bahwa dirinya sudah mencoba melakukan tips-tips yang disarankan oleh guru BK agar dapat bersabar. Setidaknya, AHN sudah mencoba untuk mengalah dalam segala hal. Selain itu, AHN merasakan perubahan pada dirinya setalah mendapatkan ilmu yang belum pernah didapati sebelumnya (DOC.74.11.15).

Berikutnya setelah mengikuti Sesi 6. Dinamika kesabaran AHN terpantau dalam aktivitas pertemanan. AHN pun mengakui bahwa dirinya berteman dengan orang teman yang bisa menguatka kesabarannya. Dalam suatu kesempatan wawancara, AHN mengaku mempunyai teman yang sangat dekat yang lebih dan sudah dianggapnya sebagai kakak sendiri yang mampu menjadi motivator kebaikan bagi dirinya. (INT.47.12.15). Selain kepada teman karibnya tersebut, AHN masih merasakan beberapa hal yang mengganjal dalam pertemanan, yaitu tentang solidaritas, kekompakan, dan menasihati teman (DOC.75.11.15).

Berakhir pada Sesi 7, AHN mengaku merasa lebih mampu untuk menahan gejolak jiwanya, mengendalikan kemarahan ketika menghadapi perselisihan dan mendapat hinaan teman. AHN merasa tidak ragu untuk menempatkan kesabarannya pada level 9. Peningkatan tersebut lebih dirasakannya setelah dibimbing untuk berserah diri dan berdoa kepada Allah agar dilimpahi kesabaran. AHN lebih merasakan ketenangan ketika lebih dekat kepada Allah (DOC.76.12.15).

Secara umum AHN mengakui bahwa ia mengalami peningkatan dalam kesabaran setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran. Ia mendapatkan manfaat yang cukup besar sehingga merasakan perubahan yang cukup besar juga. Terkait dengan kesannya setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, AHN menuliskan testimoninya, sebagaimana dikutip dari tulisan tangan asli AHN sebagai berikut, "*Kesan saya terhadap seluruh rangkaian bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran ini sungguh sangat memotivasi saya, membuat saya dari tidak tahu menjadi tahu. Saya harap bimbingan seperti ini bisa ada lagi dengan tema yang berbeda atau dengan lebih mendalami karakter sabar*" (DOC.77.1**2**.15).

Setelah empat bulan berlalu dan tidak mendapatkan perlakukan apa-apa melalui Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, secara kuantitatif skor kesabaran AHN menunjukkan peningkatan, tetapi secara kualitatif level kesabarannya menurun. Walaupun demikian status dan levelnya masih terjaga pada status antara tinggi dan sangat tinggi. Hal yang menarik perhatian, AHN mengakui bahwa pengaruh Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran masih dirasakannya masih ada tetapi kemungkinan tinggal setengahnya. Komitmen AHN di masa kini dan seterusnya adalah berpedoman pada Al-Quran, salah satu caranya adalah dengan mentadabburi ayat-ayatnya (DOC.78.04.16).

Merujuk pada display data dari masing-masing partisipan secara naratif, berikutnya dapat ditarik kesimpulan tentang dinamika perubahan status kesabaran yang sebelumnya belum ada atau menguatkan yang telah ada tetapi masih belum jelas atau masih remang-remang sehingga menjadi lebih tegas dan jelas. Kesimpulan-kesimpulan tersebut menunjukkan bahwa sabar itu:

1. fluktuatif mengikuti irama keimanan seseorang. Naiknya disebabkan seseorang senantiasa mendekatkan diri dengan menjalankan segala aturan agama. Sedangkan menurunnya disebabkan karena seseorang melanggar aturan agama dan cenderung untuk mengikuti hawa nafsu;
2. dinamis yang berkaitan dengan gerak dan penyesuainnya yang penuh dengan ragam perubahan yang begitu cepat;
3. subjektif yang berkaitan dengan pengalaman setiap individu sangat berbeda-beda;
4. peningkatannya bertahap selama masa intervensi dan menurun bertahap selepas masa intervensi;
5. perubahan status kesabaran boleh jadi meningkat secara kuantitatif tetapi menurun secara kualitatif atau sebaliknya, meningkat secara kualitatif tetapi menurun secara kuantitatif;
6. statusnya dipengaruhi oleh kuantitas dan kualitas godaan yang bertentangan dengan akal sehat dan keimanan;
7. statusnya dipengaruhi oleh kesadaran seseorang terhadap manfaat bersabar.
8. statusnya dipengaruhi oleh teman dekat, sahabat, dan lingkungan.

Selain itu, berdasarkan pada dinamika kesabaran dan merujuk testimoni tentang manfaat yang dirasakan oleh partisipan dapat ditarik beberapa tema sebagai indikator sabar remaja setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran, antara lain:

1. Remaja yang kesabarannya meningkat cenderung menjadi lebih religius dengan kemampuannya untuk mengikhlaskan niat karena Allah, bertawakkal kepada Allah, berlapang dada dan bermurah hati.
2. Remaja yang kesabarannya meningkat cenderung menjadi mampu untuk berpikir logis, cermat, dan penuh pertimbangan tentang manfaat dan mudarat sebelum melakukan suatu tindakan, pantang menyerah ketika menghadapi kesulitan dan ulet dalam menyelesaikan masalah.

3. Remaja yang kesabarannya meningkat cenderung untuk tenang, lemah-lembut, ramah, toleran, damai, pemaaf, jujur, sopan-santun, bajik, dan menjaga kehormatan/kesucian diri (*'iffah/chastity*).

G. Faktor-faktor Pendukung Pengembangan Aplikasi Layanan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran

Berdasarkan beberapa teknik pengumpulan data ditemukan tiga faktor pendukung efekifitas layanan dan pijakan untuk pengembangan aplikasi layanan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Faktor-faktor tersebut tersebut merupakan hasil observasi dan wawancara terhadap guru BK dan apresiasi partisipan terhadap implementasi bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran yang dilakukan oleh guru BK/konselor sekolah.

Faktor-faktor pendukung yang dimaksud merupakan kekhasan dari bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran ini. Faktor-faktor tersebut adalah (1) memperdengarkan ayat-ayat suci Al-Quran yang menyentuh hati; (2) pengisahan hidup orang-orang sabar; (3) pembacaan doa penutup yang menyentuh hati, dan (3) kapasitas guru BK/konselor sekolah. Selain keempat faktor tersebut, seperti fasilitas pendukung, waktu, tempat, dan media tidak terlalu diapreasi oleh partisipan. Bahkan untuk media visual atau presentasi *power point* yang ditampilkan oleh guru BK/konselor sekolah dinilai tidak menarik oleh partisipan/konseli. Secara terperinci, keempat faktor tersebut dibahas sebagai berikut.

1. Memperdengarkan Ayat-ayat Suci Al-Quran yang Menyentuh Hati

Berdasarkan testimoni dari partisipan, teknik memperdengarkan murattal ayat-ayat suci Al-Quran merupakan faktor yang paling menarik bagi partisipan. Teknik ini sebenarnya bagian dari tahap reading scripture dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Murattal adalah bacaan ayat-ayat suci Al-Quran dengan mengikuti kaidah-kaidah ilmu membaca Al-Quran (ilmu tajwid) dan dibaca dengan penuh penghayatan. Bacaan Qori yang dipilih untuk membacakan potongan ayat-ayat yang ditadabburi adalah bacaan Syaikh Misyari

Rasyid Al-Efasi, qori internasional yang berasal dari Kuwait dan Syaikh Nashir Qithami, seorang dai dan juga qari internasional yang berasal dari Riyadh.

Berdasarkan jurnal-jurnal yang diisi oleh partisipan, bacaan murattal Syaikh Misyari Rasyid Al-Efasi, mayoritas partisipan atau 66% merasakannya pada level sangat tersentuh hati. Lalu, sebagian yang lainnya, yaitu 33% merasakannya pada level menyentuh hati. Sisanya, merasakan agak menyentuh hati dan kadang-kadang menyentuh hati. Beradasarkan aspek ketersentuhan hati, hampir seluruh partisipan merasakan ketersentuhan tersebut. Dengan kata lain, nyaris tidak ada yang tidak tersentuh hatinya.

Ketersentuhan hati oleh bacaan Al-Quran tidak dibatasi oleh faktor gender. Laki-laki dan perempuan dapat benar-benar tersentuh hatinya oleh bacaan Al-Quran ketika ruang keimanan dalam hatinya terbuka untuk masuknya petunjuk dari Allah SWT hingga merasakan ketenangan, ketenteraman, dan kedamaian. Berdasarkan analisa terhadap catatan-catatan testimoni dalam jurnal yang ditulis oleh partisipan, baik laki-laki maupun perempuan menunjukkan tidak adanya perbedaan tersebut. Perasaan partisipan terhadap bacaan murattal ayat-ayat Al-Quran yang menyentuh hati diungkapkan dalam testimoni-testimoni sebagaimana dikutip dari tulisan tangan sebagian partisipan sebagai berikut:

"*Hati saya menjadi tenang, tenteram, dan damai*." (ESN, DOC.79.12.15).

"*Sangat menyentuh ke dalam hati saya, firman Allah*." (FIO: DOC.79.12.15).
"*Terguncang hati saya*." (UNF: DOC.79.12.15).

"*Yang berkesan dalam bimbingan ini yaitu ketika mendengarkan murotal Al-Quran dan membacanya bersama-sama. Sangat menyentuh hati, enak didengar, tetapi lebih enak memperdengarkan murotal yang dari sesi 1-3, jika pada sesi 1-3 saya sampai meneteskan air mata, tetapi pada sesi 4, saya lama-kelamaan jadi mengantuk mungkin karena perut sudah diisi dan banyaknya ayat yang diputar jadi rasanya ingin tidur, astaghfirullaah*.."" (AAH, DOC.79.12.15).

"*Suasana menjadi tenteram, damai dalam hati*." (DRU, DOC.79.12.15).

"*Bacaan Al-Qurannya sangat menyentuh ke hati dan maknanya pun sangat menggetarkan hati karena sesuai dengan apa yang sedang dialami*. (QAN, DOC. 79.12.15).

"*Hati saya tenang*." (RSA, DOC.79.12.15)

"*Hati saya merasa tentram dan tenang*." (KAI, DOC.79.12.15)

"*Merasa nyaman dan tenang, karna saya yakin, tidak ada masalah yg tidak ada jalan keluarnya*." (CDU, DOC.79.12.15).

"*Terharu*." (GMI, DOC.79.12.15).

"*Menyentuh hati, khusyu', ingat kepada makna yang terkandung dalam Al-Quran*." (MJK, DOC.79.12.15).

"*Menenangkan hati*." (RHI, DOC.79.12.15).

"*Membuat hati saya sejuk dan menenangkan hati dan pikiran saya agar saya dapat bersabar*." (HIH, DOC.79.12.15).

"*Sangat menyentuh ke dalam hati*." (MTF, DOC.79.12.15).

"*Menarik dan sangat sedih mendengarkan ayat suci al-Quran*." (AMR, DOC.79.12.15).

"*Merasa tenang, kadang merinding dan mengeluarkan air mata*." (AAI, DOC.79.12.15)

Berdasarkan testimoni-testimoni yang ditulis oleh para partisipan/konseli dapat disimpulkan bahwa memperdengarkan murattal ayat-ayat suci Al-Quran yang menyentuh hati merupakan kekhasan layanan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran dan menjadi faktor pendukung pengembangan bimbingan ini. Dengan kata lain, memperdengarkan bacaan murattal Al-Quran menjadi teknik yang menjadi bagian utama yang tidak dapat dipisahkan dari layanan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran.

Ketertarikan manusia kepada Al-Quran dan bagaimana kemampuan Al-Quran dalam mempengaruhi manusia, baik secara fisiologis maupun psikologis sebenarnya telah ditemukan oleh berbagai penelitian. Pembacaan ayat suci Al-Quran bukan sekadar sebagai wahana pengembangan diri akan tetapi juga memberikan efek terapi. Beberapa penelitian yang sama dengan menjadikan Al-Quran sebagai objek kajian telah membuktikan tentang efek Al-Quran tersebut. Pada tahun 1984, dalam penelitian yang cukup panjang untuk mengetahui efek Al-Quran terhadap fisiologis manusia pada saat mengalami stres, Elkadi (1984, hlm. 294) menyimpulkan hasil risetnya bahwa:

> "*According to the available data, there is definite and obvious stress reducing effect of the Quran on the various organs of the body, possibly*

through the central and autonomic nervous system. The specific physiologic changes achieved by the Quran vary from one organ to the another. These include relaxation of skeletal muscles with reduction of the electrical potential in monitored muscles; reduction of the sweat production with decrease of electrical counductivity of the skin; relaxation of the smooth muscles in blood vessels with vasodilation and increased blood flow and perfusion in the test areas; as well as reduction of heart rate and increased of skin temperature. These were only the functiowhich were measured in these studies."

Selain ditemukan efek relaksasi melalui Al-Quran terhadap fungsi fisiologis manusia, yang menarik riset Elkadi ini adalah mekanisme perlakuan terhadap responden. Elkadi memberikan dua mekanisme perlakukan, yaitu: Pertama melalui pemaknaan Al-Quran, baik kepada mereka yang memahaminya bahkan memberikan terjemahan kepada yang tidak memahami teks bahasa Arab. Kedua, melalui cara memperdengarkan suara bacaan Al-Quran, baik kepada yang mengerti maknanya maupun kepada yang tidak mengertu maknya. Alkedi (1984, hlm. 294) menjelaskan bahwa: "*Within the Quran itself, there appears to be a different verses of the Quran, where there is more stress reduction of verses promising reward (verses of Targheeb) and less stress reducing effect of verses promising punishment (verses of Tarheeb)."*

Berdasarkan temuan Alkedi, ayat-ayat Al-Quran yang mengandung kabar baik tentang balasan berupa kebaikan atas perbuatan baik (ayat targhib) memberikan pengaruh lebih untuk mengurangi stres. Sebaliknya, ayat-ayat yang mengandung kabar buruk tentang balasan berupa hukuman atas perbuatan buruk (ayat tarhib), ternyata memberikan pengaruh yang kurang terhadap penurunan stres. Temuan ini dapat dipahami karena jiwa manusia membutuhkan keseimbangan antara harap (*roja*) dan cemas (*khauf*). Tidak terjadinya keseimbangan antara harap dan cemas, yaitu berharap mendapatkan surga dan cemas terhadap neraka, maka akan mendorong sikap yang berlebihan dalam hidup. Pada akhirnya, sikap berlebihan akan menguatkan munculnya tekanan jiwa yang lebih besar.

Badri (2000, hlm. 47-48) menguatkan temuan Alkedi, bahwa sekadar mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran, seorang Muslim, baik yang bisa

bahasa Arab maupun yang tidak, dapat merasakan perubahan fisiologis yang besar, seperti penurunan depresi, kesedihan, bahkan dapat memperoleh ketenangan, menolak berbagai penyakit, dan merasakan perubahan lainnya hingga 95%. Saged (Tt, hlm. 12) penelitiannya tentang dampak *treatment* Al-Quran terhadap sistem saraf, menyimpulkan bahwa memperdengarkan Al-Quran secara berulang-ulang kepada pasien efektif membantu pemulihan pasien. Dijelaskan bahwa, *"..it is clear that for Quranic therapy to be effective, attention should be focused on recitation of the Quran and attendance at training courses to help the patients recover*."

Penelitian yang dilakukan Awa (2014, hlm. 172) membuktikan adanya pengaruh terhadap pasien muslim yang berada di ruang ICU untuk lebih terhubung secara spiritual dengan Sang Maha Pencipta. Dijelaskan bahwa:

> "*The results of this study build on the existing evidence of physiological and psychological benefits from a single 30-minute prayer recitation listening session for Muslim mechanically ventilated patients in ICU settings. Listening to holy quran recitation is well known intervention of choice in addressing spiritual needs of critically ill Muslim patients in critical care settings as to connect them to their creator.*"

Nawsherkhan, et.al (2010, hlm. 866) juga menjelaskan hasil riset mengenai relaksani mental dan spiritual melalui pembacaan ayat-ayat Al-Quran. Nawskerkhan melakukan uji efektivitas dengan membandingkan memperdengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran kepada kelompok eksperimen (*group A*) dengan memperdengarkan musik tradisional kepada kelompok kontrol (*group B*). Responden penelitian ini adalah para siswa, namun tidak dijelaskan jenjang pendidikan siswa-siswa tersebut. Kedua *treatment* tersebut dilengkapi dengan sistem multimedia. Dijelaskan kesimpulannya bahwa:

> *"Relaxation level of group "A" wa high, but low level for group "B"; exhaustion level for group "A" was low and it was high for group "B"; aggressive mode level was zero (nothing) in group "A" but for group "B" aggressive mode was present in the form of emotionality; the thoughts and dreams of group "A" were positive, high, and useful, but the thoughts and dreams of group "B" were negative, low, and useless."*

Hasil penelitian yang sama pernah dilakukan oleh Hojjat, et.al (2010, hlm. 74) untuk menemukan faktor dominan yang mempengaruhi kesembuhan pasien,

antara memperdengarkan bacaan Al-Quran, kondisi normal, diam (*silence*), music Arab, dan music Iran. Melalui formula *adequacy dialysis*, ditemukan bahwa memperdengarkan Al-Quran memiliki pengaruh yang dominan. Dijelaskan bahwa:

> "*Different sounds do not have any positive effect on patients' dialysis adequacy but may reduce it compared to normal condition. Quran recitation improves the dialysis adequacy using kt/v Formula compared to other sounds and music, although by ANOVA the study hypothesis that was proposing the effect of Qur'an recitation on dialysis adequacy was not confirmed by any of dialysis adequacy formulas*."

Sebagai Kalamullah, Al-Quran memiliki kekuatan untuk mempengaruhi manusia. Al-Kaheel (Tt, hlm. 27) menjelaskan bahwa lantunan ayat-ayat suci Al-Quran menciptakan sekelompok frekuensi yang mencapai telinga kemudian bergerak ke sel-sel otak dan mempengaruhinya melalui medan-medan elektromegnetik frekuensi ini yang dihasilkan dalam sel-sel tersebut. Selanjutnya, respon terhadap medan elektromegnetik tersebut akan memodifikasi getaran-getarannya. Perubahan pada getaran tersebut adalah apa yang dirasakan dan dipahami secara berulang-ulang pada saat membaca atau dibacakan Al-Quran. Al-Quran adalah Kitab Suci yang seluruh isinya berkaitan dengan manusia dan perilakunya.

Abdulloh & Omar (2011, hlm. 375) menemukan melalui penelitiannya tentang kuatnya signal gelompang Alpha melalui EEG pada saat mendengarkan bacaan Al-Quran. Gelombang Alpha adalah satu dari tipe gelombang otak dari *occipital lobe* yang membawa suasana rileks dengan mata terbuka, mengantuk, dan tidur. Gelombang Alpha tersebut terdeteksi lebih kuat daripada mendengarkan music keras dan berisitirahat biasa. Dijelaskan bahwa, "*The alpha wave magnitude during listening to Quran recitation is higher compared to rest condition and listening to hard music*." Intinya, berdasarkan studi ini ditemukan bahwa, "*human can feel relax and calm during listening to Quran recitation*." Senada dengan penelitian ini, Abdurrohman, et.al (2007, hlm. 186) juga menemukan bahwa mendengarkan lantunan Al-Quran dapat menghemat energi dalam proses menurunkan metabolisme dan suhu tubuh. Bahkan, mendengarkan

lantunan Al-Quran dalam nada atau irama *slow* dengan menggunakan perangkat audio dapat dijadikan alat untuk menenangkan dan mengatasi gangguan tidur tapi tidak sampai tahapan tidur restoratif. Dijelaskan bahwa, " *Therefore, if theres someone who had sleep disorder or need to rest but not fall asleep, he may turn on his audio device hearing to the Quranic recital*."

Baharudin & Sumari (2011, hlm. 4) menguatkan juga dengan hasil penelitian terhadap wanita muslim pekerja (*working Muslim women*) di Malaysia yang diberikan perlakukan dengan diperdengarkan suara Al-Quran dan suara alam secara berulang-ulang untuk menurunkan stress dalam bekerja. Hasilnya, sebagaimana disimpulkan bahwa:

> "*The participants reported increased level of calmness and decreased level of stress upon the completion of the program. Both types of sound therapy shows significant increase in participants' calmness and reduction of their stress level but the second type of sound therapy (i.e. recitation of Quranic verse) shows better results than the first type (sounds of nature).*"

Akhmad (2014, hlm. 8-9) dan Pedak (2009, hlm. 52), keduanya menjelaskan bahwa membaca Al-Quran dengan lisan mampu meningkatkan kualitas emosi positif pembacanya. Adapun Salim (El-Syakir, 2014, hlm. 197) menemukan bahwa membaca Al-Quran dengan pemaknaan akan memberi dampak positif pada kecerdasan dan emosi. Zeeshan (2009, hlm. 31) menemukan bahwa mendengarkan Al-Quran dapat mengontrol *mood* manusia. Melalui perangkat *handphone* yang didesain sedemikian rupa, keadaan pikiran seseorang yang memutar lantunan dapat diketahui. Penelitian Zeeshan ini berkaitan dengan tentang dominasi air dalam tubuh manusia. Emoto (2006, hlm. 17) menjelaskan bahwa: kekuatan air akan menjadi lebih baik atau lebih buruk, tergantung pada informasi yang diterimanya; tubuh manusia dewasa 70% nya adalah air; pada konsep terbentuknya manusia, telur yang dibuahi 96%-nya adaah air; dan setelah lahir, 80% tubuh bayi adalah air.

Dijelaskan bahwa setiap benda cair mengandung *hado* (unsur obat) dan kristalnya dapat dipengaruhi oleh kata-kata yang diucapkan manusia. Kandungan *hado* akan semakin kuat dan bentuk kristal akan semakin bagus jika air dikata-katai dengan ucapan yang baik. Sebaliknya, kata-kata kotor akan hado melemah

dan Kristal air menjadi rusak. Demikianlah *mood* manusia yang dipengaruhi oleh hormon. Sedangkan hormon pada hakikatnya mengandung benda cair yang berfungsi untuk memacu dan menggiatkan aktivitas manusia. Kondisi jiwa manusia yang rajanya adalah hati akan memerintah kelenjer endoktrin untuk menghasilkan hormon sesuai suasana hati. Oleh sebab itu, ketenangan hati akan memicu produksi hormon-hormon perespon ketenangan sehingga tubuh manusia secara keseluruhan menjadi tenang. Demikian pula sebaliknya, suasana hati yang tidak tenang, maka produksi hormon-hormon perespon kegundahan dan stres akan mendominasi tubuh.

Efek memperdengarkan Al-Quran juga terjadi pada peningkatan ingatan (memori). Hojjati, et.al (2014) membuktikan dalam risetnya bahwa memperdengarkan lantunan ayat-ayat Al-Quran kepada anak usia 12 tahun mampu meningkatkan daya ingat dibandingkan dengan memperdengarkan musik. *"However, by listening to Quran for only 15 minutes a day, without using any other skill or training, we can improve students' memories. Therefore, it has been suggested that academic centers and school managers use this strategy as a memory fortifying technique and observe their students achievements.* Namun demikian, penelitian ini tidak masih memberikan rekomendasi untuk anak dengan usia yang berbeda.

Bahasa Al-Quran adalah bahasa Arab. Secara linguistik, semua huruf yang membentuk kata dalam bahasa Arab memiliki memiliki suara yang berbeda yang memiliki efek pada arti kata. Sebuah huruf yang terdengar tebal akan memiliki makna yang berbeda dengan huruf yang terdengar tipis. Pengucapannya akan membawa makna yang jelas. Demikian pula dengan panjang dan pendeknya suatu bunyi kata, memberikan pengaruh pada makna. Oleh sebab itu, Nakhavali & Seyedi (2013, hlm. 26) menyimpulkan bahwa, "*The usage of sounds in the Qur'an plays a rhetorical role and this holy book has an inimitable symphony through which sounds employed to affect meanings and convey messages*." Al-Qur'an adalah mukjizat besar yang jika dilantunkan atau diperdengarkan lantunannya akan menghasilkan ritme dan simponi yang tak terhitung merdunya dan menyentuh setiap hati yang menikmatinya.

Salah satu teknik dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja adalah membaca ayat-ayat Al-Quran yang berkaitan dengan tema kesabaran yang disertai dengan membaca artinya. Selama membaca ayat-ayat sabar, kepada klien juga diperdengarkan lantuan bacaan ayat-ayat sabar tersebut dari *qori* Misyari Rasyid dan Nashir Qithami. Sebagaimana bimbingan dan konseling spiritual dengan menggunakan *teknik reading scripture*, bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran menjadikan Kalamullah sebagai sumber inspirasi bagi pengembangan diri.

Corak bimbingan dan konseling dengan menggunakan "*reading scripture*" sebagai teknik meyakini bahwa kata-kata Tuhan sangat kaya dengan kebajikan moral sebagai pembelajaran hidup dari Tuhan. Lines (2006, hlm. 160-161) menjelaskan bahwa "*Reading scripture has regularly been viewed as appropriate in religious counseling, both for spiritual edification and as a source of teaching on how to live*." Secara naluriah manusia sangat tergantung kepada kekuatan yang maha di luar dirinya. Segala yang bersumber dari kekuatan maha tersebut akan menjadi sumber kekuatan bagi manusia untuk hidup dengan bahagia.

Suhail dan Ajmal (Gerstein, 2009, hlm. 245-246) menjelaskan bahwa selain *zikrullah* (mengingat Allah), membaca Al-Quran (*reading Al-Quran*) dan memperdengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran secara berulang-ulang (*recitation of Quranic verses*) merupakan model konseling asli yang lain (*another indigenous model of counseling*). Maksudnya, selain model-model konseling konvensional yang dianggap original, maka membaca Al-Quran dan memperdengarkan lantunan ayat-ayatnya pun dapat dikategorikan sebagai model konseling yang original juga. Para sarjana muslim telah merekomendasikan terapi melalui Al-Quran sejak lama sekali. Dijelaskan bahwa banyak masyarakat yang menemukan pelipur lara dan kedamaian ketika membaca Al-Quran (*many people find solace and peace while reading Al-Quran*). Dijelaskan pula bahwa, "*Specific verses of the Holy Quran are read by a large majority for diverse problems, such as attaining physical and psychological health, reversing curses and magical spells, increasing financial, and improving family relationship*."

Pada saat membaca Al-Quran, Allah diyakini sebagai satu-satunya Tuhan yang hidup tanpa bergantung kepada siapapun (*self-subsisting*), bahkan semua bergantung kepada-Nya (*all pervading*), abadi (*eternal*), dan realitas yang absolut (*absolut reality*). Rizvi (Gerstein, 2009, hlm. 246) menjelaskan bahwa Allah diyakini memiliki 99 nama atau atribut yang esensial, Mahahidup, Mahakekal, Mahaadil, Mahakasih dan Mahasayang kepada makhluk ciptaan-Nya, dan semua kebaikan ada pada-Nya. Menyebut nama-Nya dan membaca kalam-Nya untuk mendapatkan kedamaian, ketenangan jiwa, dan kecukupan lebih layak ditunjukkan kepada-Nya karena kemahasempurnaan-Nya. Alasan-alasan inilah yang dijadikan pijakan bahwa membaca Al-Quran dan memperdengarkan bacaan ayat-ayat Al-Quran secara berulang-ulang termasuk model konseling yang *indigenous*. Suhail dan Ajmal (Gerstein, 2009, hlm. 246) menambahkan bahwa dalam konseling dengan Al-Quran mampu membantu memecahkan masalah social, alienasi, dan kehilangan makna hidup. Konseling dengan membaca dan memperdengarkan ayat-ayat Al-Quran, selain dilakukan sendiri juga dilakukan secara lembaga. Proses konseling dibantu oleh sufi atau *murshed* (*spiritual guide*).

Konseling melalui *reading the Quran* pernah diaplikasikan secara *eclectism* dengan konseling berfokus solusi (*solution-focused counseling*) oleh Jeffrey T. Guterman. Dalam aplikasinya, Guterman (2013, hlm. 218) menempatkan *reading the Quran* pada langkah ketiga dan keempat untuk membantu klien Muslim yang mengalami depresi dengan gejala sakit kepala (*migraine headace*). Pemicu (*trigger*) sakit kepada bukan hanya sekadar faktor lingkungan tetapi juga oleh faktor psikologis. Guterman (2013, hlm. 218) pernah membantu klien, seorang Muslim Turkish American, yang mengalami depresi. Dengan mengadaptasi konseling berfokus solusi yang diintegrasikan dengan sentuhan spiritual melalui *reading the Quran*. Setelah semua sesi dilalui, klien tersebut mengaku bahwa ia mengalami kemajuan yang signifikan. Selanjutnya dijelaskan bahwa, "*He reported feeling less depressed, an increase in his energy, and renewed hope about the future*." Setelah sesi kedua belas, konselor dan klien sepakat bahwa konseling lebih lanjut tidak lagi diperlukan.

Kirschenbaum (2013, hlm. 87) menjelaskan bahwa konselor perlu bertanya tentang seberapa sering klien Muslim membaca Al-Quran. Pertanyataan ini merupakan tahap yang penting sebelum konselor memberikan *treatment* dengan membaca atau memperdengarkan ayat Al-Quran. Pertanyaan tentang seberapa sering klien Muslim membaca Al-Quran dilontarkan untuk mengklarifikasi nilai spiritual pada klien Muslim tersebut.

Berbeda dengan hasil-hasil riset yang menguatkan bahwa membaca Al-Quran dan memperdengarkan lantunan ayat-ayat Al-Quran dapat diintegrasikan dalam tahapan bimbingan dan konseling, Ahmad (2013, hlm. 72) dalam risetnya mengenai *Quranic Verses Brings to Counseling Skills* menyimpulkan sisi yang lain. Membawa ayat-ayat Al-Quran dalam konseling tidak diterapkan dengan membaca dan memperdengarkan, tetapi hanya memberikan legitimasi tentang *rapport skill, attending skill, ask skill, emphaty skill, paraphrase skill, conprontation skill, interpretation skill, management skill, clarification skill, facilitation skill, metaphor skill, leading skill, responding skill, summarizing skill, dan negotiation skill,* semua sudah digariskan dalam Al-Quran.

Pada saat konseli atau klien memperdengarkan lantunan ayat-ayat Al-Quran atau menyimak sambil membaca lafazh yang diperdengarkan, hakikatnya klien sedang mendengar perkataan suci dari Allah. Kata kunci dari teknik ini adalah, bahwa guru BK/konselor sekolah berusaha membantu dan menavigasi klien untuk menghubungkannya dengan Allah SWT. Sebab, Allah SWT adalah solusi yang sebenarnya dari semua masalah yang dihadapi oleh klien. Allah SWT adalah Pencipta manusia. Jadi, hakikatnya Allah SWT lebih mengetahui tentang hal-ihwal yang diciptakannya. Dengan demikian, teknik memperdengarkan lantunan ayat-ayat Al-Quran atau menyimak sambil memperhatikan teks dan terjemahannya ayat-ayat Al-Quran merupakan bagian penting dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran.

2. Pengisahan Hidup Orang-orang Sabar

Selain terhadap pembacaan ayat-ayat yang secara tartil menyentuh hati, ketertarikan partisipan/konseli terhadap Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur

Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja juga pada kisah orang-orang sabar. Kisah orang-orang di masa lalu memberikan pengaruh terhadap konseli yang membaca atau mendengar kisahnya. Kisah-kisah tersebut tidak terlepas dari ayat-ayat yang diperdengarkan dan dibaca oleh konseli. Tidak semua sesi bimbingan disertai kisah orang-orang sabar. Pengisahan kesabaran tokoh penyabar dimasukkan pada Sesi 3, Sesi 4, dan Sesi 5.

Pada Sesi 3, Nabi Musa dan Khidhir menjadi tokoh penyabar yang menyertai tadabbur QS. Al-Kahfi [18]: 60-82 karena ayat-ayat tersebut memang berkaitan dengan kisah Nabi Musa dan Khidhir. Pada Sesi 4, Nabi Yusuf dan Nabi Ya'qub menjadi tokoh penyabar yang diangkat dalam kisah yang menyertai tadabbur QS. Al-Kahfi [18]: 18, 23-24, dan 83. Selanjutnya pada Sesi 5, Nabi Ibrahim dan Nabi Ismail menjadi tokoh penyabar yang diangkat dalam kisah yang menyertai tadabbur QS. Ibrahim [14]: 35-41 dan QS. Fushshilat [37]: 102-110. Perilaku orang-orang sabar di masa lalu menjadi inspirasi bagi orang-orang yang sedang menghadapi masalah pada masa kini. Kesabaran dan daya tahan perilaku orang-orang sabar memberikan pencerahan bagi orang-orang yang sedang diliputi masalah. Berikut testimoni-testimoni yang dituliskan oleh partisipan sebagaimana disalin dari tulisan aslinya.

"Pertama kali bimbingan pengembangan karakter sabar, saya rasa sudah mengetahui hakikat dari sabar itu. Kemudian ternyata sabar itu memang luas. Bukan hanya menahan amarah saja. Dari mulai sesi ke-1 yang membahas ilmu sebelum sabar, lalu kisah N. Musa & Khidir ternyata sangat banyak hikmah yang bisa saya ambil. Dan saya bisa berkonsultasi tentang permasalahan yang sedang saya hadapi dan alhamdulillah saya mendapatkan jalan keluarnya. Dan alhamdulillah mendapatkan respon yang baik." (QAN, DOC.80.12.15).

"*Jangan rugi seperti Nabi Musa, karna kita tidak tahu apa alasan ﷻ memerintahkan kita untuk bersabar*." (AAT, DOC.80.12.15).

"*Ayat yang menjelaskan tentang kesabaran Nabi Musa ketika beliau dituduh mempunyai penyakit kulit karena tidak mau ikut mandi bersama orang-orang lain*." "*Bisa mencontoh perilaku sabar Nabi Ibrahim*." (MSA, DOC.80.12.15).

"*Saya teringat dengan potongan ayat al-Quran yang menyebutkan* فصبر جميل, *kata itu pendek namun sangat bermakna*." (RNI, DOC.80.12.15).

"*Ketika ingin membuncahkan amarah, teringat akan kata-kata guru BK, mengingat kisah Nabi Yusuf jadi mencoba untuk menahan*." (AAI, DOC.80.12.15).

"*Ayat-ayat itu menjelaskan tentang kesabaran Nabi Yusuf, dipenjara, dipisahkan dgn keluarga*." (MJA, DOC.80.12.15).

"*Nabi Yaqub dan Nabi Yusuf Nabi yang Sabar, Nabi Yakub sangat sabar menahan dan menjalani meskitau kejadian sebenarnya, Nabi Yusuf sabar atas perlakuan saudara-saudaranya. Banyak belajar dari cerita ini, tentang kesabaran*." (SAA, DOC.80.12.15).

"*Ketika Nabi Yusuf bersabar untuk menahan nafsu ketika digoda oleh istri sang raja dan Nabi Yusuf memilih untuk dipenjarakan, dan ketika Nabi Yusuf bersabar ketika dimasukkan ke dalam sumur oleh saudara kandungnya*." (NII, DOC.80.12.15).

Kisah atau cerita dan rekaman ringkas tentang perilaku manusia di masa lalu merupakan salah satu materi yang terkandung dalam Al-Quran. Peristiwanya adalah fakta yang benar-benar terjadi dan bukan fiktif atau khayalan belaka. Kisah yang baik akan mudah meresap ke dalam hati yang membaca dan atau mendengarnya karena mampu menanamkan kesan yang mendalam. Kisah-kisah dalam Al-Quran disampaikan dalam narasi yang indah. Demikianlah Allah SWT mengkalamkan kisah-kisah tersebut agar manusia mengambil hikmah, pelajaran (*ibrah*), serta faedah bagi kehidupannya. Allah SWT berfirman dalam QS. Yusuf [12]: 111: "*Laqad kāna fī qashashihim 'ibratun li ulil-albāb* [sesungguhnya pada kisah-kisah mereka itu terdapat pengajaran bagi orang-orang yang mempunyai akal]." Pada ayat lain, yaitu QS. Al-A'raf [7]: 176, Allah SWT juga berfirman: "*Faqshushil-qashashu la'allakum yatafakkarun* [maka ceritakanlah (kepada mereka) kisah-kisah itu agar mereka berfikir]."

Selain bertujuan agar pembaca dan pendengar kisah mengambil berfikir untuk mengambil hikmah dan pelajaran, pengisahan peristiwa di masa lampau dalam Al-Quran pun bertujuan untuk menguatkan hati. Difirmankan oleh Allah SWT dalam QS. Huud [11]: 120:

> "*Wa kullan naqushshu 'alaika minal-anbiyā-ir-rusuli mā nutsabbitu fuādaka wa jā-aka fī hādzihil-haqqu wa mau'idzatun wa dzikrā lil-mu'minīn* [dan semua kisah dari rasul-rasul Kami ceritakan kepadamu, ialah kisah-kisah yang dengannya Kami teguhkan hatimu dan dalam surat

> ini telah datang kepadamu kebenaran serta pengajaran dan peringatan bagi orang-orang yang beriman]".

Peneguhan hati dengan kisah Al Quran tidak hanya ditunjukkan kepada Rasulullah SAW, tetapi juga kepada orang-orang yang beriman sepanjang zaman. Sejak diturunkan 14 Abad yang lampau, telah banyak orang-orang yang beriman memetik manfaat dari kisah-kisah dalam Al-Quran. Berapa banyak kisah-kisah Quran tersebut menjadi telah menjadi penerang dan memberikan petunjuk kepada manusia pada kebahagiaan dan ketenangan jiwa.

Berdasarkan sudut pandang tokoh yang dikisahkan, kisah dalam Al-Quran terbagi tiga jenis. Al-Quran. Pertama, adalah kisah yang menceritakan para nabi dari zaman ke zaman. Kedua, kisah yang menceritakan tentang kejadian di masa lalu yang di dalamnya terdapat tokoh tetapi bukan nabi. Sedangkan yang ketiga, kisah yang menceritakan tentang kejadian-kejadian yang di alami oleh para sahabat Nabi Muhammad SAW.

Berdasarkan sudut pandang yang lain atau selain tokoh, kisah dalam Al-Quran dapat ditemukan dalam Al-Quran dalam beberapa macam yang dapat diperinci sebagai berikut: (1) kisah tentang peristiwa yang ghaib, baik pada masa lampau, sekarang dan yang akan datang. Yang dimaksud dengan ghaib di sini adalah kisah yang tidak bisa dinalar dengan panca indera; (2) kisah yang benar-benar terjadi yakni kisah yang benar-benar terjadi pada masa lampau agar manusia dapat memetik pelajaran dari kisah tersebut; (3) kisah yang bersifat simbolik, yakni peristiwa yang pernah terjadi pada suatu masa di suatu tempat tertentu yang ditamsilkan; dan (4) kisah historis, yakni kisah yang bernuansa historis dengan menggunakan masa atau kisah-kisah yang bersifat kesejarahan yang mengetengahkan tokoh-tokoh dan tempat masanya.

Dalam dunia pendidikan, berkisah merupakan salah satu metode pembelajaran yang efektif untuk menanamkan karakter. Arifin (1991, hlm. 26) menjelaskan bahwa cerita adalah karangan yang mnegisahkan terjadinya peristiwa, kejadian, perbuatan. Pengalaman atau penderitaan seseorang, baik yang benar-benar terjadi maupun yang bersifat khayalan belaka. Soekanto (2001, hlm. 9) menjelaskan bahwa bercerita adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh guru

kepada murid-muridnya, ayah kepada anaknya, juru cerita kepada pendengarnya. Suatu kegiatan yang bersifat seni karena erat kaitannya dengan keindahan dan bersandar pada kata-kata yang dipergunakan untuk mencapai tujuan cerita.

Rahmah (2006, hlm. 77) menyimpulkan hasil ekperimennya tentang efektivitas metode bercerita pada proses pembelajaran Bidang Studi Aqidah Akhlak, bahwa metode bercerita efektif digunakan pada materi mengenai Kitab Suci Al-Quran dan perilaku sahabat. Metode bercerita dapat meningkatkan perhatian siswa pada saat proses pembelajaran. Namun, metode bercerita ini harus didukung oleh metode lain, seperti ceramah dan tanya jawab.

Bercerita atau berkisah (*storytelling*) merupakan fundamental dalam pembelajaran. Bagi generasi yang tidak terhitung, ras manusia telah menggunakan bercerita atau berkisah sebagai jalan untuk berbagi informasi, mendidik, dan mempersiapkan generasi berikutnya. Sawyer (Myers, Tollerud, Jeon, 2012, hlm. 2) menjelaskan bahwa, "*The use of storytelling as a teaching method dates back to at least 4000 B.C. and the ancient Egyptians*." Metode bercerita atau berkisah dalam pembelajaran memiliki masa penggunaan yang teramat panjang karena sejak zaman kuno sudah dimanfaatkan oleh manusia. Dikatakan pula oleh Zabel (Myers, Tollerud, Jeon, 2012, hlm. 2) bahwa guru-guru besar seperti Homer, Plato, Jesus, Li Po, dan Gandhi menggunakan sejarah/kisah, mitos-mitos, cerita-cerita perumpamaan, dan kisah personal untuk mengajar, mengilustrasikan, dan membimbing murid-muridnya untuk berpikir. Dijelaskan pula bahwa, "*Indigenous storytellers use stories to provide cultural and historical contexts that serve as social cohesiveness for the entire tribe*."

Indonesia adalah bangsa yang sangat kaya dengan keragaman budaya dan bahasa. Pada setiap budaya selalu ada cerita rakyat yang memberikan gambaran mengenai aneka keyakinan dan perilaku yang dianut dan berlaku di suatu suku atau daerah. Berdasarkan jenisnya, cerita atau dongeng pun dijadikan sebagai wahana untuk mentransformasi watak dan budi manusia dan mengembangkan karakter, baik melalui fabel, legenda, mite, sage, dan parabel.

Fabel biasanya menggunakan peran watak dan perilaku manusia melalui binatang. Legenda bisanya peristiwa keajaiban alam tetapi di dalamnya ada watak

manusia sebagai pemerannya. Mite bisanya menceritakan tentang dewa-dewa dan makhluk halus yang wataknya ditransformasi kepada manusia. Sage dongeng menceritakan watak dan perilaku tokoh dalam sejarah yang kabar-berkabar dari mulut ke mulut hingga menjadi cerita bersifat khayal karena adanya tambahan-tambahan. Adapun parabel dongeng yang secara langsung mengisahkan nilai-nilai pendidikan atau cerita pendek yang mengandung hikmah sebagai pedoman hidup.

Dalam kultur Sunda, mendongeng atau bercerita merupakan wahana untuk pembelajaran, menyempaikan pesan moral dan membangun karakter. Fhadilatusy (2014, hlm. 2) menjelaskan bahwa, "*Dongéng bisa dijadikeun bahan pangajaran*. Berangkat dari urgensi itu, Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Barat menetapkan kompetensi inti dan kompetensi dasar dari pembelajaran dongeng, yaitu untuk menafsirkan, menanggapi, dan menyajikan isi serta nilai-nilai yang terkandung dalam dongeng sesuai dengan kaidah-kaidahnya secara lisan dan tulisan.

Pemanfaatan teknik bercerita atau berkisah dalam bimbingan dan konseling telah banyak dilakukan oleh para konselor dan psikoterapis. Riset-riset dan buku-buku yang memuat teknik dan strategi bercerita dalam konseling juga telah dipublikasikan. Fenomena ini menunjukkan bahwa ketertarikan konseli dari beragam karakteristik usia terhadap cerita atau kisah, baik yang berbasis terapi maupun pengembangan telah menguatkan hasil temuan dari penelitian ini. Crenshaw (2008, hlm. 60) menjelaskan bahwa, "*This storytelling strategy requires them to think, reflect, and consider the important lessons they have learned from their experiences*." Jadi, strategi berkisah dapat memancing anak dan remaja untuk berpikir, merefleksi, dan mempertimbangkan pelajaran penting dari apa yang telah dialami dari pengalamannya.

Myers, Tollerud, Jeon (2012, hlm. 2) menjelaskan bahwa bagi konselor, menceritakan kisah dapat mengikat dua aspek, yaitu kognitif dan afektif. Bagi aspek kognitif, bercerita dapat menangkap imaginasi dengan menggunakan keseluruhan diri ditambah dengan gestur nonverbal dan paraverbal, seperti intonasi dan nada suara. Konselor juga dapat melukiskan gambaran mental dan membawanya dalam kehidupan nyata. Selanjutnya dijelaskan bahwa, "*Stories create interest, facilitating the development of intrinsic motivation and learner*

engagement." Adapun untuk aspek afektif, di luar dari jangkauan kognitif, berkisah dapat menghubungkan antara perasaan (*feelings*) dan emosi (*emotions*) dalam tingkat tinggi dan meningkatkan perhatian. Hamilton & Weiss (Myers, Tollerud, Jeon, 2012, hlm. 3) menjeaskan bahwa, "*Stories go straight to the heart*."

Ketertarikan partisipan terhadap kisah-kisah tokoh penyabar yang menyertai tadabbur Al-Quran dalam beberapa sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja dapat dipahami karena secara fitrah insaniah, manusia secara umum termasuk remaja memiliki ketertarikan kepada kejadian yang telah lampau. Namun demikian, satu hal yang penting untuk digarisbawahi adalah mengenai pemilihan tokoh yang perilaku sabarnya layak diteladani. Abdullah bin Mas'ud (Fariq, 2016, hlm. vii) menjelaskankan bahwa barangsiapa yang hendak mengambil teladan, maka teladanilah orang-orang yang telah meninggal. Mengambil pelajaran dan keteladanan dari kisah-kisah orang-orang sabar yang masih hidup, boleh jadi tidak memberikan jaminan karena manusia yang masih hidup bisa jadi berubah menjadi tidak sabar. Dengan kata lain, mengambil pelajaran sabar dari orang yang masih hidup sebaiknya tidak dalam status memutlakkan atau memastikan kesabarannya.

Pengisahan kesabaran orang-orang pada golongan para Nabi dan orang-orang yang selain para nabi di masa lalu atau kisah sahabat Nabi SAW di dalam Al-Quran adalah otentik. Kisah tersebut adalah nyata adanya di masa lalu. Jaminan otentisitas kisah-kisah tersebut adalah Al-Quran itu sendiri sebagai Kalamullah. Dengan kata lain, jika dikatakan "juru kisah", maka penuturnya adalah Allah SWT yang kalam-Nya pasti benar dan tidak ada keraguan di dalamnya. Unsur-unsur kisah dalam Al-Quran, baik dokumen (*template*) dan konten, waktu dan tempat, serta nama dan tema dapat dibuktikan secara ilmiah. Kisah yang dituturkan oleh Allah SWT, Tuhan YME tentu akan memberikan pengaruh yang berbeda terhadap jiwa dibandingkan dengan kisah-kisah yang direka oleh manusia. Walaupun demikian, tidak berarti kisah rekaan menjadi tidak penting. Konteks perbedaannya hanya berada pada titik kemutlakan kebenaran tentang kejadian yang dikisahkan tersebut.

Secara teknis, pengisahan tokoh-tokoh sabar dalam setiap sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran diupayakan memenuhi resep-resep agar rasa kisah tersebut enak untuk dinikmati dan berpengaruh. Beberapa resep yang dimasukkan dalam proses pengisahan antara lain: (1) membagikan buku kecil (kutaib) yang berisi kisah para nabi tersebut untuk dibaca sepekan sebelum sesi bimbingan diberikan; (2) memberikan pengantar pada karakter utama, yaitu kesabaran Nabi Yusuf, Musa, dan Ibrahim serta Ismail; (3) mengaitkan karakter para nabi tersebut dengan masalah yang sering dihadapi oleh partisipa sebagai remaja; dan (4) mengambil pelajaran dari kisah kesabaran para nabi tersebut untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari partisipan. Sebenarnya, jika mengikuti saran dari Cook (2010, hlm. 3) bahwa ada lima langkah sebagai resep yang harus dilalui dalam pengisahan tokoh, yaitu: (1) *introduce the main characters*; (2) *tell about the problems*; (3) *talk to a wise person*; (4) *try out to a new approach*; dan (5) *summarize the lesson*. Jika dikaitkan dengan resep dari Cook, hanya berbicara dengan orang yang bijaksana yang tidak dilakukan.

Selain itu, hal yang mendorong partisipan untuk tertarik terhadap kisah yang menyertai tadabbur Al-Quran dalam sesi bimbingan adalah upaya guru BK/konselor untuk menguatkan *important point* dengan ekspresi dan emosi. Upaya ini dilakukan untuk menarik perhatian partisipan. Ekspresi terdiri dari wajah dan tubuh. Ekspresi wajah diperlukan untuk menambahkan penandasan emosional pada ujaran guru BK/konselor. Ekspresi tubuh dibutuhkan untuk menggugah perasaan sekaligus membuat suara guru BK/konselor terdengar hidup saat bercerita. Hal yang terpenting, gagasan dan perasaan dapat dikomunikasikan bukan hanya lewat suara melainkan juga lewat ekspresi gerak dan ekspresi wajah.

Menyertakan kisah kesabaran orang-orang di masa lalu dapat memfasilitasi partisipan untuk menemukan sebuah model. Melalui kisah nyata (*original story*), guru BK/konselor juga dapat membantu partisipan/konseli untuk mengadaptasi karakter dari pelaku dalam kisah. Melalui kisah, guru BK/konselor juga dapat menampilkan aspek-aspek yang berbeda dari kehidupan internal partisipan/konseli yang berkaitan dengan kesabaran, seperti harga diri, keyakinan, nilai-nilai, perasaan, cara belajar, gaya menangani masalah, dan relasi-relasi

sosialnya. Pada titik inilah pentingnya penyertaan pengisahan kesabaran orang-orang sabar dalam sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja.

3. Pembacaan Doa Penutup yang Menyentuh Hati

Selain terhadap pembacaan ayat-ayat yang secara tartil menyentuh hati dan menyampaikan kisah orang-orang sabar, ketertarikan partisipan/konseli terhadap Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja juga pada doa penutup sesi bimbingan. Sebagian besar partisipan mengaku tersentuh oleh doa-doa yang dibaca bersama dalam penutup sesi bimbingan. Doa-doa tersebut memberikan ketenangan terhadap hati. Berikut testimoni-testimoni yang dituliskan oleh partisipan sebagaimana disalin dari tulisan aslinya.

"*Sangat berkesan, selain berlatih tentang kesabaran, saya juga jadi tahu ayat-ayat dan doa-** juga cerita-cerita** yang memotivasi dan membuat kesabaran saya lebih meningkat*." (SNP, DOC.81.12.15).

"*Menenangkan hati dan pikiran*." (HIH, DOC.12.15).

"*Bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran sangat berkesan sekali. Selain berlatih tentang kesabaran, saya juga jadi tahu ayat-ayat Al-Quran dan doa-doa juga cerita-cerita yang memotivasi dan mambuat kesabaran saya lebih meningkat. Amin_Insya Allah*." (RHI, DOC.12.15).

"*Yang berkesan dalam bimbingan ini yaitu ketika mendengarkan murotal Al-Quran dan membacanya bersama-sama. Ketika membaca do'a bersama-sama*." (AAM, DOC.12.15).

"*Keinginan berdoa kepada Allah*." (TAS, DOC.12.15).

"*Lebih sering lagi berdoa dan berserah diri*. " (GMI, DOC.12.15)

"*Menahan amarah, menahan suasana hati*." (KAI, DOC.12.15).

Cashwell & Young (2014, hlm. 240) menjelaskan bahwa para konselor di Amerika beranggapan bahwa penggunaan doa dalam sesi bimbingan dan konseling spiritual merupakan hal yang dianggap vital. Meskipun sempat menjadi perdebatan cukup hangat, praktisi konseling menemukan dalam berbagai penelitiannya bahwa doa memiliki kedudukan yang sangar mendasar

(*foundational*) dalam seluruh agama-agama yang dianut di Barat (*Western theistic religion*) dan oleh sebagian penganut agama-agama Timur (*Eastern Religion*). Jelasnya, berdoa merupakan bagian dari kehidupan individu. Akan tetapi sebagian konselor mengabaikan doa sebagai bagian dari kehidupan individu. Sebagian meyakini bahwa doa merupakan elemen dari perasaan takut klien. Mereka beralasan bahwa dirinya adalah konselor bukan pastor atau imam sehingga tidak perlu menyentuh pada area yang tidak menyamankan tersebut.

VanZant (2010, hlm. 19) menjelaskan bahwa sebagian psikoterapis berasumsi bahwa penggunaan doa dalam psikoterapi dan konseling akan menimbulkan oposisi secara diametral antara: saling ketergantungan (*interdependency*) dengan kemandirian (*authonomy*); penurunan tahta diri (*dethroning the* "*self*") dengan harga diri (*self esteem*); kesendirian (*solitude*) dengan kembali bersosialisasi (*re-socialization*); pengalaman bersama Tuhan (*experiencing God*) dengan pengalaman sepenuhnya sebagai manusia (*experiencing what it is to be fully human*). Namun, dua hal yang saling bertentangan tersebut bukanlah *mutually exclusive* dan bukan juga *static condition*, tetapi keduanya merupakan dua hal yang harus saling melengkapi agar terjadi keseimbangan emosi dalam kehidupan (*complementary dualities that lead to balance and emotional equilibrium in life*).

Kenyataan tidak dapat dipungkiri bahwa manusia memiliki naluri atau fitrah untuk berhubungan dengan *The Great Power*. Manusia sebenarnya lemah dan akan mencari perlindungan dan meminta kekuatan kepada *The Great Power* tersebut. Oleh sebab itu, banyak klien/konseli yang menjadikan doa sebagai *coping skills* untuk mengatasi masalah. Terkait hal ini Cashwell & Young (2014, hlm. 240) menegaskan bahwa doa harus menjadi perhatian konselor. VanZant (2010, hlm. 19) menguatkan bahwa tidak dapat dipungkiri juga bahwa individu selalu berusaha untuk menghindari ketidaknyamanan diri karena dosa-dosa dan kesalahan-kesalahan yang diperbuatnya. Individu berusaha untuk mengontrol dan mengelola perasaan-perasaan buruk dan berdosa tersebut dengan mencari perlindungan kepada *The Creator* (Sang Pencipta) melalui doa.

Sebagai contoh, Cashwell & Young (2014, hlm. 243) memberikan contoh hasil penelitian mengenai penggunaan doa dalam bimbingan dan konseling pernah dilakukan oleh McCullough & Larson (1999). Keduanya menyimpulkan bahwa penggunaan doa sebagai *coping skills* yang disertai dengan tingkat religiusitas yang tinggi dari klien mampu memfasilitasi perubahan pikiran dan perilaku klien/konseli. Ditambahkan bahwa doa dapat membantu klien/konseli dan konselor untuk saling memahami skema klien dan jalan penting untuk menyelesaikan masalah melalui *self-talk* dalam doa. Ditambahkan pula bahwa bentuk doa dalam konseling dilakukan dengan dua cara, *covert prayer* (doa tertutup yang dilakukan dalam hati/*silent*) dan *overt prayer* (doa yang diucapkan oleh klien dengan suara nyaring). Melalui doa terbuka, konselor memiliki kesempatan untuk memperoleh wawasan tentang konsep ketuhanan klien dan gaya keterampilan klien dalam mengataasi masalah. Potensi kerugian dari doa terbuka tersebut adalah timbulnya kekaburan antara peran konselor dan atau *spiritual director* dengan proses tranferensi dan kontratranferensi menjadi lebih buruk. Terkait dengan kemungkinan munculnya kondisi yang lebih buruk, Bullis (2001) menemukan dalam risetnya bahwa 83,5% responden yang terdiri dari para praktisi konseling membutuhkan etika yang tepat untuk penggunaan doa dalam konseling. 70,5% responden merasa nyaman jika doa dalam konseling dipanjatkan secara privasi.

Penggunaan doa juga pernah dilakukan dalam intervensi konseling untuk membantu klien yang kecanduan alkohol. Juhnke, G. et.al (2009, hlm. 21) menemukan dalam penelitiannya bawha berdoa adalah aktivitas spiritual yang telah lama digunakan dalam mengintervensi komunitas yang kecanduan. Doa menjadi mudah untuk diintegrasikan dengan tipe perlakukan (*treatment*) bagi orang yang kecanduan. Klien/konseli yang memiliki identitas diri dalam keyakinan kepada Tuhan familier dengan konstruk doa yang dipanjatan dan mereka menjadi mudah untuk dibantu. Tetapi, berdoa dapat menjadi kontraindikasi ketika *treatment* klinis dianggap *inappropriate* (tidak tepat) ketika klien mengalami delusi dan halusinasi, klien tidak percaya Tuhan, atau klien

mengalami *personality disorder*. Doa hanya akan bermanfaat bagi klien kecanduan jika dalam kondisi kesadaran.

Selain dalam konseling, berdoa juga dijadian bagian dari terapi oleh kalangan psikiatris. Hawari (2004, hlm. 137-140) menjelaskan bahwa sebanyak 212 studi yang dilakukan menyimpulkan bahwa komitmen agama melalui berdoa dan berzikir memberikan pengaruh terhadap pasien Selanjutnya disimpulkan juga melalui survey yang dilakukan oleh majalah Time dan CNN serta USA Weekend (1996) bahwa lebih dari 70% pasien percaya bahwa keimanan kepada Tuhan Yang Maha Esa, doa dan zikir dapat membantu proses penyembuhan penyakit. Ditemukan juga bahwa 60% pasien menyatakan bahwa para dokter hendaknya memberikan terapi keagamaan (psikoreligius) antara lain dalam bentuk berdoa dan berzikir. Integrasi medik-psikiatrik dengan agama melalui pemberian resep obat yang disertai resep doa dan zikir, membawa hasil klinis yang bermakna sesuai dengan hasil temuan pakar lainnya

Integrasi doa dalam bimbingan dan konseling hendaknya tetap berpijak pada pemahaman bahwa doa adalah bagian inti dari praktik keagamaan. Wulff (Miller, hlm. 191) menjelaskan bahwa doa adalah inti ajaran agama dan doa memiliki banyak bentuk yang berbeda karena perbedaan individual dan perbedaan budaya. Dalam kaitan dengan konseling, McCullough & Larson (Miller, 2003, hlm. 191) memberikan penjelasan bahwa doa terdiri dari tindakan, pikiran, dan sikap yang menghubungkan individu untuk masuk ke alam suci (*sacred realm*). Adapun Becvar (Miller, 2003, hlm. 191) menjelaskan bahwa doa yang dipanjatkan klien dapat dilihat sebagai upaya berbicara dan bertindak melalui berdoa yang dapat menyebabkan klien untuk memperlambat kesibukan hidup dan untuk menemukan informasi tentang atau jawaban atas pertanyaan kehidupan.

Beberapa bentuk doa dapat diintegrasikan dalam sesi bimbingan dan konseling. Paloma & Pendleton (Miller, 2003, hlm. 191) membagi doa dalam empat bentuk, antara lain: (1) *meditative*, yaitu doa yang berhubungan dengan ibadah; (2) *ritualistic*, yaitu doa yang berhubungan dengan ritual; (3) *petitionary*, yaitu doa untuk meminta sesuatu secara khusus; dan (4) and *colloquial*, yaitu doa berupa percakapan Higher Power (yang dituhankan/diagungkan/dianggap

memiliki kedudukan tinggi) sebagai ungkapkan rasa berterima kasih atau memohon bimbingan. McCullough and Larson (Miller, 2003, hlm. 191) menambahkan *intercessory* sebagai bentuk doa yang kelima, yaitu memohonkan kesembuhan untuk orang lain. Kelima jenis doa dapat dipraktekkan oleh konselor atau klien baik di dalam maupun di luar sesi. Miller (1993, hlm. 192) menjelaskan bahwa konselor dan klien dapat saling menyepakati doa apa yang akan dimohonkan sesuai dengan kebutuhan terhadap masalah yang sedang dihadapi.

Secara teknis, Miller (1993, hlm. 192-193) menyebutkan bahwa penggunaan doa dalam sesi bimbingan dan konseling dapat dilakukan dengan banyak cara. Akan tetapi secara umum, konten doa dan cara berdoa dipanjatkan sesuai dengan keyakinan masing-masing klien. Bahkan dalam masalah ini, para pakar integrasi spiritual dan konseling tidak mempermasalahkan siapa yang dituhankan dalam berdoa. Hal ini tidak terlepas dari masih muncuknya ambiguitas spiritulitas yang diyakini oleh sebagian dari sisi antroposentrime dan diyakini oleh sebagian yang lain dari sisi theosentrisme. Ambiguitas ini juga terbawa dalam praktik konseling. Tamin (1996, hlm. 43) menjelaskan bahwa yang dituhankan oleh madzhab antroposentrisme dapat beragam bentuknya, yang penting mampu memberikan inspirasi kebahagiaan. Tuhan bisa berwujud materi atau yang ada dalam dirinya sendiri yang paling dalam. Selanjtnya Tamin (1996, hlm. 54) menjelaskan bahwa Tuhan dalam pandangan madzhab theosentrisme adalah Tuhan (Allah) Yang Maha Pencipta dan Maha Esa serta dipandu oleh Kitab Suci yang diturunkan-Nya kepada para Rasul-Nya.

Berkaitan dengan ketertarikan para partisipan/konseli terhadap doa yang dipanjatkan bersama dalam Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, tentu saja doa tersebut dipertimbangkan dari beberapa aspek. *Pertama*, konseli adalah peserta didik yang berstatus sebagai Muslim. *Kedua*, partisipan/konseli adalah peserta didik yang bersekolah di sekolah berbasis agama Islam, yaitu Madrasah Aliyah yang dibina oleh Direktorat Pendidikan Islam Kementerian Agama Republik Indonesia. *Ketiga*, partisipan/konseli adalah peserta didik dari program Agama. *Keempat*, partisipan/konseli adalah remaja yang membutuhkan penguatan kesabaran. Oleh

sebab itu, konten doa dan tata cara berdoa yang dilakukan merujuk pada ajaran Islam yang diyakini oleh para partisipan/konseli.

Ditinjau dari aspek perkembangan, kemampuan komunikasi remaja melalui doa berkaitan dengan religiusitas. Kemampuan komunikasi remaja melalui doa berkembang secara bertahap. Tatala (2009, hlm. 113) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa:

> "*The study presented the specifics of prayer from adolescence to early adulthood. At every stage prayer takes on a different form; however the same characteristics can appear in neighbouring or more distant phases. Features signifying more mature religiousness can disappear both temporarily and permanently. Nevertheless, the development of prayer communication is not sudden, it is gradual and fluid. Sometimes one form of prayer is maintained while new ones are formed.*"

Masalah-masalah yang berkaitan dengan upaya meningkatkan atau menguatkan regulasi diri (*self-regulation*), pengendalian emosi (*emotional coping*) dan harga diri (*self-esteem*) hampir selalu berkaitan dengan masa remaja. Peningkatan aspek-aspek tersebut juga dapat diintervensi melalui pendekatan-pendekatan relaksasi religi, yaitu melalui meditasi transendental. Wisner, et.al (2010, hlm. 156) menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa:

> "*School social workers, charged with helping students who are struggling with many challenges, may find meditation to be an effective and efficient chnical tool for use with adolescents. Adolescents, developmentally, are learning how to regulate their emotions and behavior. As they do so, they often face certain challenges such as feelings of fear, anger, and sadness and self-defeating recriminations*."

Berkaitan dengan kebutuhan pengembangan karakter remaja, menjelaskan tentang kebutuhan remaja untuk berlindung kepada Tuhan YME dari segala keburukan. Doa merupakan *vibrant faith* yang akan melecut semangat keimanan. Berndt (2007, hlm. 13) menjelaskan:

> "*We still want our kids to develop godly characters and have a strong, vibrant faith – but now that they are older, we have a whole new list of prayer need, some of which are literally life-and-death issues. Safety on the road, eating disorders, drug and alcohol use, sexual purity – concerns like these can turn a tidy little prayer journal into minefield faster than you can say, "Dear God, help!*"

Dalam setiap tradisi agama-agama, aktivitas berdoa mampu membangungkan spiritualitas bagi remaja, termasuk dalam agama Islam. Oleh sebab itu, remaja membutuhkan *nurturing* (tuntutan dan pengasuhan) untuk mampu berdoa Syeed & Ritchie (Yust, 2006, hlm. 21) dalam kontribusinya bagi buku "*Nurturing Child and Adolescent Spirituality: Perspective from Religious Traditions*", mengatakan bahwa, "…*regular communication with Allah through prayer or supplication; sharing one's wealth with those less fortunate*…". Dalam menghadapi masa-masa perubahan, remaja sudah dapat mengadukan kekhawatiran tentang masalah-masalah yang tidak selesaikan kepada Tuhan. Dobson (2005, hlm. 34) menjelaskan, "*Student can take their worries about those unsolvable problems to God. Prayer is one practical action to release some of that worry*."

Pemaparan hasil-hasil penelitian yang berkaitan dengan integrasi doa dalam sesi konseling, psikoterapi, dan sekolah berbasis meditasi transendental, menguatkan temuan, bahwa penyertaan doa-doa dalam sesi bimbingan dan konseling memiliki peran yang penting. Ketertarikan partisipan/konseli terhadap doa-doa yang dipanjatkan pada tahap *supplication* dalam setiap sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja adalah temuan yang bermakna.

Secara etimologi, kata doa diserap dari bahasa Arab, *ad-duaa'* yang berarti panggilan, permintaan, minta bantuan. Secara terminologi, Ibnu Manzhur (Juz 65, No. 294) menjelaskan bahwa, "*ad-dua: ar-raghbah ilallaah* [doa adalah berharap kepada Allah]. Makna doa terbagi dua, yaitu: *pertama*, bermakna ibadah karena dalam setiap ibadah terdapat ucapan-ucapan doa; kedua, memohon atau meminta yang disertai dengan sikap merendahkan diri dan menempatkan diri sebagai pihak yang membutuhkan sesuatu (*iftiqaar*) di hadapan Allah SWT.

Doa adalah ibadah (Shahih Targhib wa Tarhiib, No. 1627 dan 3382). Demikian sabda Rasulullah SAW sebagaimana diriwayatkan oleh dari Nu'man bin Basyar. Doa merupakan obat yang paling bermanfaat. Doa adalah lawan dari penyakit dan musibah. Doa akan menolak, mengatasi, mencegah kedatangan, menghilangkan, atau meringankan penyakit jika sudah menimpa. Doa adalah

senjata seorang mukmin dan tiangnya agama. Al-Hakim meriwayatkan dalam Kitab Shahihnya (Al-Mustadrak, No. 1855) dari shahabat Ali bin Abi Thalib, Rasulullah SAW bersabda, "*Ad-duaa-u silaahul-mu'min wa 'imaaduddin wa nuurus-samaawaati wal-ardhi* [doa adalah senjata orang yang beriman, tiang penyangga agama, serta lentera langit dan bumi].

Dalam keadaan marabahaya, doa memiliki tiga kondisi: *Pertama*, doa lebih kuat dari bala sehingga mampu mengalahkannya. *Kedua*, doa lebih lemah dari bala sehingga doa terkalahkan dan akibatnya seorang hamba tertimpa musibah atau penyakit. Tetapi dalam hal ini, terkadang doa meringkankan penyakit, meski kadarnya lemah. *Ketiga*, doa dan bala sama-sama kuat sehingga terjadi saling mengalahkan. Al-Hakim meriwayatkan dalam shahihnya, Rasulullah SAW bersabda, "*Kehati-hatian tidak akan menggagalkan takdir, doa berguna untuk musibah yang sudah menimpa atau belum menimpa. Jika bala menimpa, maka doa akan menghadangnya dan akan bertarung sampai hari kiamat*." Ibnu Umar menyampaikan bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda, "*Doa itu bermanfaat, baik musibah yang sudah turun atau belum. Oleh karena itu wahai hamba Allah, berdoalah kalian!*" Shahabat Tsauban menuturkan bahwa Rasulullah SAW bersabda, "*Takdir tidak akan tertolak, kecuali oleh doa. Umur tidak akan bertambah kecuali dengan kebajikan. Sungguh seorang hamba tidak akan memperoleh rezeki karena dosa yang dilakukannya*."

Berdoa dalam pengertian meminta dan bermohon dengan merupakan salah satu bentuk kepasrahan kepada Allah SWT yang Mahakuasa. Kepasrahan yang disertai keyakinan kepada kekuatan Yang Mahakuasa menghadirkan suasana hati yang tenang. Dalam doa juga terkandung upaya untuk mewakilkan segala urusan kepada yang Mahamiliki dan mengendalikan urusan. Berdoa dapat mendatangkan kebahagiaan, kesenangan, dan semangat dalam hati. Qoyyim (Tt., hlm. 94) menjelaskan bahwa berdoa dapat menghilangkan perasaan gundah-gulana serta risau dalam hati. Berdoa dapat menguatkan hati dan jasmani. Berdoa dapat menyelimuti pelakunya dengan wajah berseri serta bercahaya dari pancaran keceriaan. Berdoa dan saling mendoakan dapat menguatkan perasaan cinta kasih sebagai poros kebahagiaan dan kesuksesan. Hawari (2004, hlm. 137) menjelaskan

bahwa seseorang yang berdoa berarti sedang melepaskan beban dan meminta untuk diringkankan kepada yang Mahamenyelesaikan persoalan. Ketenangan setelah berdoa mempengaruhi kondisi fisik dan psikis seseorang.

Ajaran Islam juga menetapkan prinsip-prinsip, baik yang berkaitan dengan tata cara berdoa maupun kontennya. Az-Zahrani (2005, hlm. 502) menjelaskan bahwa Rasulullah SAW mengajarkan kepada para shahabatnya bagaimana cara meminta bantuan melalui doa dalam terapi pada masa-masa terjadi guncangan jiwa, seperti saat ditimpa kesedihan, dilanda rasa takut, diterpa gundah-gulana dan lain sebagainya. Az-Zahrani (2005, hlm. 505) juga menjelaskan bahwa prosedur pertama yang harus dilakukan ketika melakukan terapi dengan doa adalah meyakini secara sadar bahwa Allah SWT adalah penolong yang pantas dan layak dimintai pertolongan karena kekuasaan-Nya yang tanpa batas. Selanjutnya adalah menyampaikan permintaan yang diinginkan disertai dengan upaya-upaya yang mengarahkan pada pengabulan apa-apa yang diinginkan tersebut.

Al-Ahmad (2006, hlm. 27-38) menambahkan bahwa para shalafush-shalih, yaitu orang-orang yang doa-doanya tercatat dalam sejarah sebagai doa mustajab yang pasti dikabulkan oleh Allah SWT, apabila mereka membutuhkan pengabulan Allah atas permintaannya, maka mereka melakukan hal-hal berikut ini: (1) berdiri di hadapan Allah dengan merapatkan barisan, menengadahkan tangan dan air matanya mengalir membasahi pipi; (2) bertaubat dari segala kemaksiatan dan keluar dari segala penyimpangan; (3) menghadirkan kekhusyuan dalam hati, tekad yang kuat, keteguhan hati, serta merendahkan diri di hadapan-Nya.

Selanjutnya berkaitan dengan konten doa, maka dalam hal ini juga terdapat prinsip-prinsip yang telah ditetapkan. Al Qadhi ‘Iyadh (Allan, 2004, hlm. 117) mengatakan bahwa Allah menginginkan untuk diminta dan Dia telah memberitahukan (berbagai macam) doa di dalam kitab-Nya kepada makhluk-Nya. Begitu pula dengan nabi, beliau telah mengajar umatnya berbagai bentuk doa. Doa-doa tersebut mengandung tiga hal, yaitu ilmu tauhid, ilmu bahasa, dan nasihat kepada umat ini. Al-Qurthubi (4/226) menguatkan bahwa seyogyanya seseorang menggunakan doa-doa yang tercantum dalam Al Quran dan berbagai hadits yang shahih (valid) serta meninggalkan berbagai doa yang tidak bersumber

dari keduanya karena Allah SWT telah memilihkan dan mengajarkan berbagai doa kepada nabi dan para wali-Nya dalam Al Quran dan sunnah nabi-Nya. Ibnu Taimiyyah (22/511) menegaskan bahwa berbagai doa dan dzikir yang dituntunkan oleh Nabi SAW merupakan bentuk doa yang terbaik. Orang yang mengikuti tuntunan Nabi SAW dalam berdoa dan berdzikir berada di atas jalan keamanan dan keselamatan. Berbagai manfaat dan buah yang dipetik tidak dapat diungkapkan oleh lisan dan tidak dapat diketahui oleh manusia. Ibnul Qoyyim, (Tt, hlm. 187) menambahkan bahwa zikir dan doa yang paling bermanfaat adalah doa dan zikir sunnah yang diyakini oleh hati, diucapkan dengan lisan, dilaksanakan dengan konsisten, serta makna maupun maksud yang terkandung di dalamnya dipahami pelakunya.

Doa-doa yang ditempatkan pada tahap *supplication* dalam setiap sesi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja merupakan doa-doa yang diambil dari Al-Quran dan Hadits Shahih (*ma'tsur*). Doa-doa tersebut dipilih dan disesuaikan dengan tema dalam setiap sesi. Doa-doa yang *ma'tsur* (*gnomic*) adalah doa-doa yang diajarkan oleh Allah SWT kepada Rasulullah SAW, lalu diamalkan dan diajarkan lagi kepada para shahabatnya. Doa-doa tersebut tentu memiliki keutamaan karena lebih *prefer* dan lebih *virtue* dibandingkan dengan doa yang dibuat sendiri oleh konselor atau konseli. Allah SWT adalah Pencipta manusia dengan tingkah laku. Sebagai Pencipta, tentunya Allah SWT lebih mengetahui segala hal yang terkait dengan ciptaannya, bahkan terhadap hal yang tersembunyi dalam sekalipun.

4. Guru BK/Konselor Sekolah yang Kompeten

Berdasarkan hasil analisa terhadap pengalaman partisipan setelah mendapatkan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran, kompetensi guru BK/konselor sekolah adalah faktor yang mendapatkan apresiasi partisipan/konseli. Kompetensi guru BK/konselor sekolah yang dimaksud berkaitan wawasan dan pemahaman terhadap ayat yang ditadabburi, mengilustrasikan masalah dalam kehidupan nyata remaja dengan ayat yang ditadabburi, kepekaan serta kemampuan menggali masalah yang dihadapi

partisipan/konseli, kemampuan menyampaikan pesan, penggunaan istilah, dan kemampuan membangun komunikasi dan hubungan pribadi dengan partisipan/konseli.

Berkaitan dengan wawasan dan pemahaman terhadap ayat yang ditadabburi, sebagian besar partisipan mengapresiasi bahwa guru BK/konselor yang membimbing dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran memiliki wawasan dan pemahaman yang cukup tinggi. Sebagian kecilnya mengapresiasi konselor berwawasan tinggi dan ada juga yang mengapresiasi sangat tinggi. Selanjutnya tentang kemampuan mengilustrasikan masalah dalam kehidupan nyata remja dengan ayat yang ditadabburi. Sebagian besar partisipan mengapresiasi bahwa ilustrasi dari guru BK/konselor adalah tepat. Sebagian kecil menilai kadang-kadang tepat dan sebagian kecil lainnya menilai sangat tepat.

Berikutnya tentang kepekaan serta kemampuan menggali masalah yang dihadapi partisipan/konseli. Sebagian besar partisipan bahwa kemampuan guru BK/konselor adalah cukup peka. Sebagian kecil menilai kadang-kadang peka tapi kadang-kadang tidak peka. Sebagian kecil yang lain menilai sangat peka dalam menggali masalah partisipan yang berkaitan dengan kesabarannya.

Selanjutnya tentang kemampuan menyampaikan pesan ayat. Sebagian besar partisipan menilai bahwa kemampuan guru BK/konselor dalam menyampaikan pesan ayat bernuansa ruhani. Sebagian kecil menilai kadang-kadang bernuansa ruhani tapi kadang-kadang tidak. Sebagian kecil yang lain menilai sangat bernuansa ruhani.

Berikutnya tentang penggunaan istilah. Sebagian besar partisipan menilai bahwa penggunaan istilah yang digunakan guru BK/konselor yang berkaitan dengan Tadabbur Al-Quran dapat dimengerti. Sebagian kecil menilai kadang-kadang bernuansa ruhani tapi kadang-kadang tidak. Sebagian kecil yang lain menilai agak dimengerti.

Terakhir tentang kemampuan membangun komunikasi dan hubungan pribadi dengan partisipan/Konseli. Keumuman partisipan mengaku bahwa guru BK/konselor mampu membangun keakraban dengan partisipan. Sebagian kecil mengaku bahwa guru BK/konselor agak mampu membangun keakraban.

Sebagian kecil yang lain menilai guru BK/konselor sangat mampu membangun keakraban dengan konseli atau partisipan (DOC.82.11.15).

Dalam setiap implementasi bimbingan dan konseling, aspek yang paling krusial adalah kompetensi konselor. Apapun pendekatan dan model bimbingan dan konseling yang diaplikasikan, kompetensi konselor menjadi aspek yang mutlak keberadaannya. Kompetensi konselor adalah titik atau hal terpenting (*an important point*) dalam implementasi suatu program atau model atau kerangka kerja bimbingan dan konseling, baik di sekolah maupun di luar sekolah. Guru BK/konselor adalah pemeran kunci (*key person*) dalam setiap layanan bimbingan dan konseling di sekolah.

Kompetensi guru BK/konselor sangat penting sekali dalam implementasi setiap pendekatan atau model bimbingan dan konseling. Demikian pula dalam implementasi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, guru BK/ konselor di MAN 1 Kota Bandung sebagai implementator diberikan pelatihan terlebih dahulu. Bahkan sepanjang pelaksanaan bimbingan, guru BK diberikan supervisi dan evaluasi. Sebab, dalam layanan bimbingan dan konseling yang diintegrasikan dengan spiritualitas, konselor dituntut memiliki kompetensi umum dan khusus karena peran yang sangat krusial. termasuk untuk Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran. Kompetensi guru BK/konselor sekolah sangat berperan dalam memberikan navigasi kepada partisipan/konseli untuk mentadabburi Al-Quran dalam rangka mengembangkan karakter sabarnya.

Secara umum, standar kompetensi konselor lazimnya ditetapkan organisasi profesi konseling. Sebagai contoh, kompetensi konselor sekolah di Amerika Serikat ditetapkan oleh ASCA. Demi kepentingan pengembangan kompetensi konselor sekolah, Asosiasi Konselor Sekolah di Amerika sendiri terus memperbaharui ASCA National Model yang di dalamnya memuat kompetensi yang harus dimiliki oleh konselor sekolah. Standar kompetensi professional konselor sekolah yang mutakhir diperbaharui oleh ASCA diterbitkan pada tahun 2012 sebagai edisi ketiga. Sampai tahun 2016, kompetensi profesional konselor tersebut belum diperbaharui lagi. Tetapi, aspek pokok dalam kompetensi tidak

keluar dari tiga aspek, yaitu *knowledge* (pengetahuan), *attitude* (sikap), dan *skill* (keterampilan atau kemampuan nyata yang bersifat aplikatif). Terkait kompetensi profesional konselor sekolah yang paling mutakhir diperbaharui, ASCA (2012, hlm. 129) menjelaskan,

> "*ASCA School Counselor Competencies (New) These competencies, developed several years after the release of the second edition of the ASCA National Model, outline the knowledge, attitudes and skills that ensure school counselors are equipped to meet the rigorous demands of the profession and the needs of preK-12 students. The competencies also serve as a guide for professional development*."

Demikian pula dengan profesi konselor sekolah di Indonesia. Secara umum, guru bimbingan dan konseling/konselor sekolah juga telah memiliki landasan yuridis yang memayungi profesi dan menetapkan standard kompetensi konselor sekolah di Indonesia. Payung hukum tersebut adalah Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 27 Tahun 2008 tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor. Dalam Permendiknas tersebut disebutkan empat kompetensi yang harus dimiliki oleh konselor di Indonesia, yaitu kompetensi pedagodik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Masing-masing kompetensi tersebut memiliki turunan berupa indikator-indikator yang memerincinya secara operasional.

Berkaitan dengan kompetensi khusus, secara legal formal belum ada aturan yang memayungi secara khusus mengenai kompetensi yang harus dimiliki oleh guru BK/konselor sekolah untuk memberikan bimbingan dan konseling yang diintegrasikan dengan pendekatan spiritual atau religius. Tetapi, untuk di Indonesia, payung hukum mengenai kompetensi konselor spiritual tersebut sudah tersirat dalam aspek kompetensi kepribadian konselor dalam Permendiknas Nomor 27 Tahun 2008 yang menyebutkan bahwa konselor harus: "Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa." Indikatornya adalah: (1) menampilkan kepribadian yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa; (2) konsisten dalam menjalankan kehidupan beragama dan toleran terhadap pemeluk agama lain; dan (3) berakhlak mulia dan berbudi pekerti luhur.

Yusuf & Nurihsan (2005, hlm. 37) menjelaskan bahwa kualitas pribadi konselor merupakan faktor yang sangat penting dalam konseling karena menjadi faktor penentu bagi pencapaian konseling yang efektif, di samping faktor pengetahuan tentang dinamika perilaku dan keterampilan terapeutik atau konseling. Jika merujuk pada tantangan global yang sedang diarungi remaja Indonesia hari ini, maka guru BK/konselor sekolah sudah harus menata kepribadiannya berlandaskan nilai-nilai abadi dalam merumuskan alternatif bimbingan dan konseling. Dahlan (2005, hlm. 16) menegaskan bahwa nilai-nilai abadi seyogianya menjadi landasan dalam merumuskan alternatif bimbingan dan konseling di era globalisasi. Maksud pernyataan tersebut dapat dipahami bahwa terlepas dari pendekatan bimbingan dan konseling yang diaplikasikan terintegrasi atau tidak dengan spiritual keagamaan, bagi guru BK/konselor sekolah di Indonesia seharusnya menampilkan kompetensi kepribadian yang bernuansa spiritual keagamaan. Terlebih jika layanan bimbingan dan konseling yang diimplementasikannya secara teknis terintergrasi dengan spiritual keagamaan, baik dalam pendekatan, model, strategi, atau teknik dan taktiknya.

Nuansa kompetensi guru BK/konselor sekolah di Indonesia dalam aspek spiritualitas berbeda dengan di Barat, khususnya di Amerika Serikat. Spiritualitas di Indonesia disebut dan dipahami beriringan dengan keagamaan (religius) yang selanjutnya disebut spiritual keagamaan. Istilah spiritual keagamaan secara tegas tertulis dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 1, Ayat 1. Oleh sebab itu, kompetensi guru BK/konselor sekolah yang terintegrasi dalam kompetensi kepribadian gayut dengan Sila Pertama Pancasila, yaitu Ketuhanan Yang Maha Esa. Dengan demikian, guru BK harus: (1) menampilkan kepribadian beriman dan bertaqwa kepada Tuham Yang Maha Esa; (2) konsisten dalam menjalankan kehidupan beragama dan toleran terhadap pemeluk agama lain; dan (3) berakhlak mulia dan berbudi pekerti luhur. Dengan kata lain, indikator iman dan taqwa sebagai penciri spiritual keagamaan bersifat *built-in* (menempel, tidak terlepas, dan tidak terpisahkan) dari kompetensi guru BK/konselor sekolah. Namun demikian, kompetensi guru BK/konselor spiritual di sekolah maupun di luar sekolah belum ditetapkan secara spesifik.

Dilatarbelakangi oleh kondisi masyarakat modern yang menghadapi dikotomi dalam mendefinisikan spiritualitas, para pakar di Barat, khususnya di Amerika Serikat, akhirnya membedakan dan memisahkan antara spiritualitas dengan religiusitas. Hal ini disebabkan karena menurut West dan Cornett (Tamin, 2009, hlm. 30), spiritualitas merupakan konsep yang penting tapi sulit untuk mendefinisikannya. Bastaman (2007, hlm. 68) menjelaskan bahwa sebenarnya istilah *spirit*, *spirituality* atau kerohanian bukan istilah baru, melainkan sudah sejak lama ada dalam wawasan setiap agama dan budaya. Dalam psikologi konsep ini dianggap paling abstrak serta memiliki bermacam-macam pengertian, konotasi, dan interpretasi sehingga benar-benar sulit untuk didefinisikan.

Tamin (2009, hlm. 31) menjelaskan di satu sisi, spiritualitas dimaknai sama dengan materialisme, artinya boleh menuhankan apa saja jika mampu memenuhi naluri spiritualnya, di sisi lain dimaknai sebagai agama dengan segala dimensinya. Kelli (Miller: 2002: 6) mengemukakan bahwa memang sulit memberikan batasan antara spiritualitas dan religiusitas, keduanya sama-sama memiliki *sense of transcendence*. Namun demikian, di antara keduanya dapat dibedakan dari sudut pandang bahwa spiritualitas merupakan koneksi personal antara manusia dengan alam (*universe*) sedangkan agama adalah *creed* (keyakinan, pernyataan kepercayaan, iman, kesaksian), institusi, dan koneksi ritual dalam agama-agama yang ada di dunia. Richard & Bergin (Miller, 2002: 6) bahkan menegaskan bahwa agama merupakan ”*subset*” dari spiritual. Dengan demikian memungkinkan salah satunya keluar dari yang lain.

Perbedaan *worldview* tentang spiritual dan agama di Barat tersebut berimplikasi terhadap indikator kompetensi konselor spiritual. Sebagai contoh, Wiggins & Frame (Cates, 2009, hlm. 44) memasukkan indikator kompetensi konselor spiritual sebagai berikut: “*Counselor can explain the relationship between religion and spirituality, including similarities and differences*.” Selanjutnya dijelaskan bahwa dalam kompetensi ini konselor dituntut mampu membedakan antara agama dan spiritualitas dengan pemahaman dari manifestasi antara keduanya dalam kehidupan klien. Hal ini juga untuk menunjukkan klarifikasi terhadap persepsi klien tentang spiritualitas dan agama.

Contoh lain, Fukuyama (Cates, 2009, hlm. 44) menambahkan bahwa konselor professional harus mampu menjelaskan keimanan dalam agama dan spiritual beserta praktek keagamaan dan spiritualitas dalam konteks budaya. Selanjutnya dijelaskan bahwa, "*They understand the role religion/spirituality can play in various cultures as well as the role religion/spirituality can have in cultural development and personal cultural identification*." Demi kepentingan memahami keberagamaan dan spiritualitas klien dalam perkembangan dan identifikasi budayanya, maka dikatakan bahwa konselor akan menemukan keterkaitan potensial antara budaya, agama, dan spiritualitas dan menelaah isu-isu yang terkait antara agama, budaya, dan spiritual berdasarkan konsultasi dengan para pemimpin agama atau ahli budaya.

Walaupun terdapat perbedaan dan mengenai integrasi spiritual dan agama dengan bimbingan dan konseling, tidak berarti nuansa bimbingan dan konseling spiritual keagamaan di Indonesia berbeda secara diametral dengan di Barat, keduanya memiliki titik pertemuan sebagai sebuah kesamaan. Titik pertemuan tersebut adalah bahwa jika guru BK/konselor sekolah sudah berkomitmen dengan bimbingan dan konseling dengan pendekatan spiritual keagamaan, maka guru BK/konselor sekoah harus melatih diri untuk menguasai berbagai prosedur, etika, teknik, dan aspek-aspek yang terkait dengan profesionalisme. Lebih dari sekadar profesionalisme, guru BK/konselor sekolah harus memiliki integritas diri. Terkait dengan aspek kompetensi dalam integrasi bimbingan dan konseling dengan spiritual keagamaan, Chappelle (Miller, 2003, hlm. 182) menjelaskan bahwa:

> "*Mental health professionals have an ethical commitment to being reasonably aware of current professional information in the area in which they work as well as make a commitment to being competent in interventions employed in therapy. To practice outside of your competency may not only hurt your client, but also your integrity as a counsellor*."

Integritas diri sangat diperlukan dalam praktik bimbingan dan konseling dengan pendekatan spiritual keagamaan. Guru BK/konselor sekolah tidak hanya dituntut untuk menguasai berbagai teknik bimbingan dan konseling, tetapi dituntut berhati-hati dan terus melakukan konsultasi atau menyiapkan diri untuk membuat rujukan, bahkan meminta persetujuan dari konseli atas tindakannya. Miller (2003,

hlm. 182) menjelaskan bahwa, "*If the counselor believes he or she would be working outside of their knowledge and training, he or she needs to obtain consultation to continue such work or make referrals to experts*." W.B. Johnson, Ridley, & Nielsen (Miller, 2003, hlm. 182) menguatkan bahwa, "…*counselors should be educated, trained, and experienced in working with issues of religion as well as willing to obtain consultation to most effectively address these concerns if they plan to integrate religious content in counseling*."

Selain memiliki integritas diri, terdidik dan terlatih, konselor sekolah juga harus hendaknya memiliki pemahaman tentang *spiritual resources* dari kliennya. Burke, M.T., Chauvin, J.C., Miranti, J.G. (2005, hlm. 127) menjelaskan bahwa "*Counselor need to be aware of the existing spiritual resources of their client. These include not only faith traditions but the client's sense of hope, passion, meaning, and relationship with a higher power*." Pemahaman tentang spiritual resources dari klien ini sangat penting karena konselor kan menyelami kedalaman hubungan klien dengan kekuatan yang Mahaagung. Demi kepentingan tersebut, DoRozario (Niemann, 2005, hlm. 110) mengidentifikasi lima faktor yang arus difasilitasi untuk proses *coping* dan *adaptasi positif*. Kelima, faktor tersebut antara lain" (1) *spiritual transformation*, (2) *hope*, (3*) personal control*, (4) *positive social supports*, dan (5) *meaningful engagement in life*. Dijelaskan bahwa kombinasi dari kelima elemen tersebut akan memberikan kemampuan kepada individu-individu untuk memberdayakan dirinya sendiri dan mencapai kesepakatan dengan kondisi yang membuatknya menjadi mulia (*enable individuals to empower themselves and come to terms with their respective conditions*).

Berkaitan dengan kompetensi konselor spiritual, Tamin (2009, hlm. 31) menjelaskan bahwa sikap keterbukaan konselor yang harus dipegang untuk menghormati upaya siswa dalam mendapatkan kebermaknaan dalam hidup. Demi membantu siswa untuk menggambarkan sumber daya spiritual (*spiritual resources*) melalui cara yang produktif, konselor harus tetap setia menjadi modeling tipe-tipe perilaku dalam komunitas sekolah, seperti tipe perilaku Rogerian; *genuineness*, *flexibility*, *a non-critical spirit*, *caring*, dan *sensitivity*.

Demi menggali spiritual resources dari klien, konselor pun seharusnya memberdayakan *spiritual resources*-nya sendiri. Dengan kata lain, konselor harus memiliki *spiritual resources* sebagai sebuah kekuatan (*spiritual power*).

Melalui kekuatan spiritualnya, sebenarnya konselor tidak perlu memberi tekanan moral dan dogma yang bersifat partikular. Sebab, kepribadian konselor, model kepekaan jiwanya, dan sikap konselor untuk selalu bersedia membuka kesempatan bagi siswa berbagi pendapat dan pengalaman, merupakan faktor yang dapat mengeksplorasi sumber daya spiritual klien secara bertanggung jawab. Sebagai bagian dari ujung tombak pendidikan dalam mewujudkan tujuan pendidikan untuk mengantarkan peserta didik memiliki kekuatan spiritual keagamaan, konselor harus menampilkan diri sebagai teladan (*modeling*) dalam pemberdayaan sumber daya spiritual dalam basis keagamaan, seperti: (1) berperilaku jujur, tegas, dan manusiawi; (2) berperilaku yang mencerminkan ketakwaan dan akhlak mulia; (3) berperilaku yang dapat diteladani oleh peserta didik dan anggota masyarakat di sekitarnya.

Konselor sekolah adalah navigator yang berfungsi membantu, mengarahkan, dan memandu perkembangan remaja di tengah kompleksitas masalah dan tantangan masa depan. Oleh sebab itu, komitmen pada pemberdayaan sumberdaya spiritual keagamaan sebagai kekuatan adalah keniscayaan. Sebab, spiritualitas keaagamaa akan lebih berperan sebagai pelindung daripada penyebab masalah. DB. Larson (Dadang Hawari, 2004: 31) mengatakan, "*religion may have actually been protective rather than problem producing*."

Berkaitan dengan kompetensi konselor sekolah dalam implementasi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran untuk Pengembangan Karakter Sabar Remaja, maka sebagai bentuk dari integrasi spiritual keagamaan dalam bimbingan dan konseling, guru BK/konselor sekolah harus memiliki *spiritual resources* atau *spiritual power*. Sumber daya dan kekuatan spiritual yang dimaksud tentunya tidak dapat dilepaskan dari pendekatan yang digunakan dalam integrasi tersebut, yaitu nilai-nilai spiritual agama Islam. Tamin (2009, hlm. 107) menjelaskan bahwa akar *spiritual power* dalam Islam adalah kualitas keimanan

kepada Tuhan (Allah) Pencipta alam semesta. Indikator utamanya adalah ketakwaan. Toto Tasmara (2001: 1-38) menjelaskan bahwa indikator ketakwaan adalah seseorang yang memiliki visi yang dapat dipertanggungjawabkan dari perilakunya. Pribadi yang senantiasa merasakan kehadiran Allah SWT, selalu berzikir dan berdo'a, memiliki kualitas sabar, selalu cenderung kepada kebaikan, memiliki empatik, berjiwa besar, dan selalu bahagia melayani sesama. Pusatnya adalah adalah kalbu. Potensinya memunculkan tipe kepribadian yang mengagumkan dalam gelombang hidup yang penuh makna. Wujudnya adalah akhlaqul karimah (akhlaq mulia).

Nurihsan (2006: 98-101) menjelaskan bahwa takwa merupakan bentuk tanggung jawab yang dilaksanakan dengan penuh rasa cinta dan menunjukkan amal prestatif di bawah semangat pengharapan ridha Allah. Takwa berkaitan dengan masalah nurani yang bersifat cahaya sehingga takwa merupakan hasil dari pencerahan kalbu yang terang benderang dan membuat seseorang memahami lalu bertindak di atas kebenaran saja. Kebenaran orang yang bertakwa, selalu meminta nasihat kepada kalbunya. Itulah sebabnya Rasulullah SAW (sambil menunjukkan jari tangan ke dadanya) bersabda: *"At-taqwā hā hunā* [takwa itu ada di sini, di kalbu]). Beberapa indikator utama yang sangat penting dan harus ada dalam kompetensi kepribadian guru BK/konselor sekolah antara lain: (1) memiliki rasa tanggung jawab kepada Tuhan (Allah); (2) memiliki semangat untuk hanya mengharapkan ridha Tuhan (Allah); dan (3) bertindak di atas kebenaran Tuhan (Allah) yang tertulis dalam Kitab-Nya dan terwujud dalam akhlak Rasul-Nya.

Ketiga indikator utama dalam kompetensi kepribadian guru BK/konselor sekolah dapat disederhanakan dalam dua indikator, yaitu: (1) *ikhlās* dan (2) *shawwāb*. Al-Hilaly (2000: 29) menjelaskan bahwa *ikhlās* adalah memaksudkan segala segala amal (segala aktivitas dalam hidup) hanya untuk Allah semata, tidak untuk yang lain. Sedangkan *shawwāb* adalah segala amal (tindakan) tersebut cocok dengan apa yang dilakukan dan dicontohkan oleh Rasulullah SAW. Tamin (2009, hlm. 108) menjelaskan bahwa dua indikator utama tersebut memiliki cabang-cabang yang sangat yang luas dan mendalam, termasuk karakter sabar. Guru BK/konselor sekolah harus menampilkan diri sebagai pribadi yang sabar

dalam interaksinya dengan siswa yang menjadi kliennya, baik di dalam layanan di ruang bimbingan dan konseling maupun melalui layanan responsif. Lebih dari itu, guru BK/konselor sekolah juga dituntut menampilkan pribadi berkarakter penyabar segala ruang dan waktu kehidupan, baik di keluarganya dan lingkungan masyarakatnya.

Selain memiliki indikator kompetensi utama sebagai pribadi berkarakter sabar, dalam implmentaasi Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran, guru BK/konselor juga dituntut memiliki kompetensi teknis dalam mentadabburi Al-Quran. Tadabbur Al-Quran merupakan salah satu wahana interaski yang dapat mendatangkan manfaat bagi individu yang melakukannya. Al-Maidani (Al-Lahim, 2004, hlm. 14) menjelaskan bahwa tadabbur Al-Quran adalah berpikir secara menyeluruh hingga membawa pada penghujung maksud perkataan dan tujuan yang sangat jauh (mendalam). Jadi, Tadabbur Al-Quran adalah upaya untuk memikirkan dan memperhatikan (*ta-ammul*) terhadap ayat-ayat Al-Quran disebabkan oleh pemahaman dan pengetahuan terhadap makna-makna, hikmah-hikmah, dan maksud-maksudnya.

Walaupun Al-Quran diturunkan dalam bahasa Arab, tetapi untuk memahami dan memikirkan bukan sesuatu yang sulit bagi orang-orang yang tidak mengerti bahasa Arab. Hal tersebut dimungkinkan karena diturunkannya Al-Quran sebagai kitab tarbiyah (pendidikan), pengajaran, dan bimbingan. Individu yang akan mampu mentadabburi Al-Quran bukan orang yang harus mahir bahasa Arab tetapi seseorang yang mau mempelajari dan mengambil pelajaran.

Al-Quran adalah kitab petunjuk (hidayah), rahmat dan kabar gembira bagi kaum muslimin. Al-Quran adalah kitab yang telah dimudahkan untuk memahami. Firman Allah dalam QS. Al-Qamar [54]: 17: "*Walaqad yassarnal-qur-āna lidz-dzikri fahal min muddakir*." Berdasarkan ayat tersebut, Allah telah menjadikan kemudahan Al-Quran untuk untuk pelajaran, maka hanya orang yang mau mengambil pelajaran yang akan dimudahkan untuk memahaminya.

Abdurrahman bin Nashir As-Sa'di, seorang mufassir Abad ke-18 (1344, hlm. 154) menjelaskan bahwa kata tadabbur pada QS. An-Nisa [4]: 82 mengandung makna perenungan terhadap makna-makna, balasan-balasan

kebaikan dan balasan keburukan, kemestian-kemestian, serta memperindah pikiran di dalamnya. Melalui tadabbur Al-Quran, seseorang akan lebih mengenal *Rabbul Ma'būd*, yaitu Tuhan yang berhak untuk disembah; yang memilili sifat-sifat yang sempurna; yang bersih dari segala kekurangan. Melalui pengenalan kepada Tuhannya tersebut, seseorang akan mengetahui jalan untuk menuju kepada Tuhannya tersebut; mengetahui sifat-sifat dan karakter manusia-manusia yang akan menjadi *Ahlullāh* ("keluarga Allah") sehingga ia akan mengidentifikasi diri dengannya; mengetahui ciri-ciri dan karakter musuh yang menjauhkan dirinya dari Tuhannya dan mencelakakan dirinya dalam siksa yang menghancurkan.

Modalitas utama bagi guru BK/konselor sekolah agar memiliki kompetensi untuk mentadabburi Al-Quran dan membimbing klien untuk mentadabburi Al-Quran adalah membuka hati untuk menerima kebenaran Al-Quran. Tertutupnya hati untuk menerima kebenaran Al-Quran sebagai Kalamullah yang berisi petunjuk kepada kebahagiaan hidup sejati akan menutup kemampuan untuk mempelajari, memahami, dan mengamil pelajaran serta hikmah dari Al-Quran tersebut. Itulah sebabnya, dalam salah satu ayat yang berkaitan dengan Tadabbur Al-Quran, yaitu QS. Muhammad [47]: 24, difirmankan, "*Afalā yatadabbarūnal-qur-āna am 'alā qulūbin aqfāluhā*[Maka tidakkah mereka menghayati Al-Quran, ataukah hati mereka sudah terkunci?]" Pada ayat ini, Allah SWT bertanya dengan menggunakan *istifham inkari* (kalimat retoris) yang tidak perlu dijawab, tetapi harus direnungi. Terkuncinya hati untuk menerima kebenaran Al-Quran yang mengandung bimbingan dan pengajaran akan menyebabkan sulitnya mengambil hikmah dan nilai-nilai suci untuk kebahagiaan hidup dan susahnya menjadikannya sebagai obat bagi kesulitan hidup.

Terbukanya hati terhadap Al-Quran akan membawa pelakunya pada motivasi yang tinggi dan kemudahan untuk mempelajari berbagai hal yang terkait dengan Al-Quran. Jika seorang guru BK/konselor sekolah tidak memiliki kemampuan membaca Al-Quran dengan tartil, tidak pula mampu menghafal dan menerjemah, atau tidak memiliki prasyarat ilmu yang terkait Al-Quran, atau dengan kata lain bukan berlatar pendidikan "pesantren" yang menguasai bahasa Arab dan Ulumul-Quran (ilmu-ilmu Al-Quran), maka keterbukaan hati untuk

mengimani kebenaran Al-Quran akan membawa guru BK/konselor sekolah tersebut pada kemudahan untuk mengambil hikmah dan mentransformasikannya melalui bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran kepada kliennya.

Al-Quran adalah Kalamullah yang diturunkan dalam bahasa Arab untuk menjadi petunjuk bagi segenap manusia. Adapun manusia diciptakan bersuku-suku dan berbangsa-bangsa dengan segala corak bahasanya. Tidak semua mengerti bahasa Arab. Diasumsikan bahwa untuk dapat mentadabburi Al-Quran serta mengambil hikmah, pelajaran dan bimbingan dari Al-Quran harus terlebih dahulu menguasai bahasa Arab. Jika asumsi ini yang digunakan maka menjadi sangat rumit dan panjang waktu yang dibutuhkan untuk mentadabburi Al-Quran. Padahal, mentadabburi Al-Quran berbeda dengan menafsirkan Al-Quran.

Seorang penafsir Al-Quran membutuhkan banyak sekali ilmu yang menjadi prasyarat. Syarat utamanya adalah memiliki aqidah yang lurus dan memiliki pemahaman yang benar tentang sunnah Nabi serta bukan pengikut hawa nafsu. Manna Qaththaan (Tt, hlm. 321) menyebutkan sembilan syarat bagi penafsir Al-Quran, yang dua di antaranya, yaitu syarat ketujuh adalah menguasai ilmu bahasa Arab dan cabang-cabangnuya dan syarat kedelapan adalah menguasai ilmu ushul yang berkaitan dengan Al-Quran. Asy-Syuyuthi (Tt, hlm. 2293-2297) memerinci lima belas syarat penguasaan ilmu untuk menafsirkan Al-Quran, antara lain: (1) *Al-Lughah* (bahasa dengan penekanan pada mufradat/kosa kata bahasa Arab), (2) *An-Nahwu* (gramatikal bahasa Arab), (3) *At-Tashriif* (morfologi bahasa Arab), (4) *Al-Isytiqaaq* (etimologi bahasa Arab), (5) Ma'aani, (6) Bayaan, (7) Baadi' atau disebut *Uluumul-balaaghah* (semantik bahasa Arab), (8) *Ilmul-qiraa-ah* (fonologi bahasa Arab), (9) *Ushuuluddin* (kaidah-kaidah keimanan/ilmu aqidah), (10) *Ushuulul-fiqhi* (kaidah-kaidah pengambilan hukum fiqh), (11) *Asbaabun-nuzul wal qashash* (kisah-kisah yang terkait dengan sebab turunnya ayat), (12) *An-Naasikh wal-Mansuukh* (ilmu yang mempelajari ayat yang menghapus dan dihapus), (13) *fiqh* (ilmu hukum syariah Islam), (14) *Al-Ilmaam bil-Ahaaditsin-Nabawiyyah Asy-Syariifiyah* (ilmu-ilmu yang terkait dengan hadits Nabi yang mulia), dan (15) '*Ilmul-Mauhibah* (ilmu yang diamalkan tanpa

pengetahuan karena Allah SWT yang mewariskan kepada seseorang yang dikehendaki-Nya disebabkan keikhlasan dan ketakwaaanya kepada-Nya).

Berbeda dengan kompetensi untuk menafsirkan Al-Quran yang menuntut banyak pengetahuan dasar tentang ilmu-ilmu yang menjadi prasyaratnya. Banyak pintu yang harus dibuka untuk memasuki ruang penafsiran Al-Quran yang benar dan lurus. Adapun gerbang utama untuk mentadabburi Al-Quran hanya satu yaitu membuka pintu hati untuk menerima kebenaran Al-Quran. Kaaluu (2013, hlm. 8) menjelaskan tiga tahapan yang berkaitan dengan dengan terbukanya hati sebagai syarat mentadabburi Al-Quran, dijelaskan sebagai berikut:

> "*Hādzā wa tanhashiru syurūthat-tadabburi 'alā tsalātsati umūrin: al-awwal, wujūdul-mahallil-qābil (al-qalbul-hayy); ats-tsāni, al-amalul-ladzī yashduru minal-mukallaf (al-qirā-ah awil-istimā' ma'a hudhuril-qalbi); ats-tsālits, qadrun minal-fahmi lil-kalāmil-maqrū-i awil-masmū-'i* [Ini ringkasan tentang syarat-syarat tadabbur yang terbagi atas tiga hal, yaitu: pertama, mewujudkan tempat penerimaan (hati yang hidup); kedua, perbuatan yang bersumber dari kewajiban membaca dan mendengar yang disertai hadirnya hati; dan ketiga kemampuan untuk memahami ucapan yang dibaca atau didengar]).

Syarat-syarat ini terkumpul dalam satu ayat yang terdapat dalam Al-Quran Surat Qaf [50]: ayat 37: "*Inna fī dzālika ladzikrā liman kāna lahu qalbun au alqas-sam'a wa huwa syahīd* [sungggguh pada yang demikian itu terdapat peringatan bagi orang-orang yang yang mempunyai hati atau menggunakan pendengarannya, sedangkan ia menyaksikannya]). As-Sa'di (Tt, hlm. 750 menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan *qalbun* dalam ayat tersebut adalah hati yang agung dan hidup, cerdas, dan suci, yaitu yang terkait dengan ayat Allah, maka dijadikannya sebagai pengingat tujuan kepada Allah (*remembrance for a sake of Allah*), sumber manfaat, dan pengangkat derajat. Demikian pula yang menggunakan pendengarannya untuk mendengarkan ayat-ayat Allah, maka dijadikannya sebagai sumber petunjuk karena hatinya hadir untuk mengambil nasihat, penyembuh, dan petunjuk (pembimbing). Adapun yang menolak untuk menghadirkan hati dengan menerima kebenaran Al-Quran sebagai pembimbing, maka Al-Quran tidak akan memberikan manfaat sedikit pun kepadanya. Bahkan yang meragukan atau hanya ada sedikit keyakinan tentang kebenaran Al-Quran

sebagai sumber bimbingan, petunjuk, dan penyembuh bagi penyakit hati dan fisik, maka tetap tidak akan mendapatkan manfaat.

Al-Ahdal (Tt, hlm. 93) menjelaskan tentang tahapan dalam belajar untuk mentadabburi Al-Quran, bahwa: "*Al-Marhalatul-ūlā watusamma marhalatul-tahyiatul qalbiyyah* [tahapan pertama disebut tahapan menata hati]). Dijelaskan pula bahwa menata (*arrangement*) hati merupakan tahapan yang paling mendasar (asasi). Sebab, penataan hati ini akan membedakan beberapa kekhususan, antara lain: (1) kecenderungan menguatkan kecerdasan fisik untuk bertindak dan bergerak; (2) hasrat untuk mengenal unsur-unsur lingkungan; (3) kemampuan untuk mengenal keterkaitan antara ruang dan waktu serta persamaan dan perbedaan; dan (4) memperjelas sebagian aktivitas kognitif yang beragam seperti mengingat, berkhayal, dan berfikir.

Penguasaan tentang hal-ihwal yang terkait dengan bahasa Arab dan cabang-cabang ilmunya, sunnah Nabi dan sejarah dakwah Rasulullah SAW, pengetahuan tentang sebab turunnya ayat dan kejadian-kejadian yang terkait dengan suatu ayat, dan keterkaitan turunnya ayat dengan masalah-masalah kontemporer yang dihadapi manusia, tetap menjadi bagian dari kompetensi untuk mentadabburi Al-Quran. Tetapi, aspek-aspek tersebut tidak menjadi prasayarat melainkan sebagai bagian dari kaidah-kaidah dalam mentadabburi Al-Quran.

Al-Quran diturunkan dalam bahasa Arab. Segala yang terkait dengan isi, tulisan, hukum-hukum bacaan, bahkan hal-hal yang terkecil yang terkait dengan Al-Quran terjaga dalam bahasa aslinya. Tidak ada perubahan sedikitpun sejak diturunkan oleh Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW. Masyarakat seluruh dunia, siapapun dan apapun latar belakang agama dan budayanya akan membaca Al-Quran dalam bahasa aslinya, yaitu bahasa Arab. Demi membantu pembaca, lafadz asli dalam bahasa Arab biasanya disertai transliterasi dan atau terjemahannya dalam berbagai bahasa sesuai bahasa masing-masing. Keterjagaan originalitas teks Al-Quran dalam bahasa Arab merupakan bukti dari kemukjizatan Al-Quran sebagai Kitab Suci.

Kapasitas setiap orang dalam membuka hati dan menghidupkan hatinya untuk beriman dan menyelami isi kandungan Al-Quran dan mengambil hikmah

serta pelajaran darinya tentu berbeda-beda. Al-Fauzan (1981, hlm. 108) menjelaskan bahwa: ”*War-rāsikhūna fil-‘ilmi yafhamūna aktsaru min ghairihim, kullun ‘alā qadri mā a’thāhul-lāhu subhānahuu wa ta’āla, liannal-qurāna, kamā yaqūlu-bnu ‘abbāsin – ‘alā arba’ati anwā’in* [Dan orang-orang yang mendalam ilmunya lebih faham dari yang lainnya, semuanya atas kadar yang Allah SWT berikan, karena Al-Quran, sebagaimana dikatakan oleh Ibnu Abbas terbagi empat kategori]:

1. “*mā ta’rifuhul-‘arabu min lughatihā, kan-nāri wal-jannah, waz-zinā, wal-khamr, wasy-syirk, wal-kufr, war-ribā* [apa-apa yang diketahuinya dari bahasanya, seperti neraka, surga, zina, khamar, syirik, kafir, dan riba].
2. *“mā lā yu’dziru ahadun bijahālatihi mitslu: ma’rifatush-shalāti wash-shiyām wal-hajj wa arkānil-islām, kullu wāhidin muthalibun bian ya’rifuhā* [apa-apa yang tidak diterima dari seorang pun dengan ketidaktahuannya, seperti mengetahui shalat, shaum, dan rukun Islam, setiap orang akan mencari tahu tentang hal-hal tersebut].
3. *“mā ya’rifuhul-‘ulamā khashshatun kal-muhkam wal-mutashābih, wal-muthlaq wal-muqayyad, wan-nāsikh wal-mansūkh, wal-‘ām wal-khashsh, hādzihi innamā ya’rifuhal-‘ulamā-u alladzīna yudarrisūna ‘ulūmusy-syarī’ati* [apa-apa yang diketahui oleh para ulama seperti muhkan dan mutasyabih, muthlak dan muqayyad, nasikh dan mansukh, ‘am dan khash, hal ini yang diketahui oleh ulama yang mempelajari ilmu-ilmu syariah].
4. “*mā lā ya’lamuhu illal-llāh wa huwa mā haqāiqu mā dzakaral-lāh fil-qur-āni minal-jannati wan-nāri, wa kaifiyyatu shifātir-rabbi subhānahu wa ta’āla, fa nahnu na’rifu ma’ānīhaa, lākin kaifiyyatuhā lā na’lamuhā illā huwa subhaanahu wa ta-‘ālā* [apa-apa yang tidak diketahui keculai hanya Allah saja, Dia yang mengetahui hakikat yang disebutkan dalam Al-Quran, seperti surga, neraka, dan kaifiyat sifat Allah, kita hanya mengetahui maknanya saja tetapi kaifiyatnya tidak mengetahui kecuali Dia, Allah SWT].

Al-Fauzan (1981, hlm. 109) juga menjelaskan bahwa maksud dari mengimani ayat-ayat Allah adalah mengakui kebenaran Al-Quran, mentadabburinya, menyibukkan diri dengannya, memberikan perhatian lebih kepadanya, mengaplikasikan ajaran yang terkandung di dalamnya, melaksanakan semua instruksinya, meninggalkan semua yang dilarangnya, mengakui kebenaran berita-beritanya, dan apa yang masih samar dikembalikan hakikatnya ilmunya kepada Allah SWT. Adapun kedalaman ilmu tentang Al-Quran tidak akan dapat diselami kecuali dengan menyatakan “*āmannā bihi kullun min ‘indi rabbinā* [kami beriman dengannya, semuanya dari sisi Tuhan kami].” Demikian pula

dengan guru BK/konselor sekolah yang sudah atau akan atau sedang mengimplementasikan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran, kompetensi utama yang harus dimiliki adalah membuka hati untuk mengimani dan menerima kebenaran Al-Quran.

Al-Lahim (2004, hlm. 19) menjelaskan bahwa kunci pertama untuk tadabbur Al-Quran adalah *hubbul-Qurān*, yaitu mencintai Al-Quran. Kecintaan kepada Al-Quran dimulai dari hati. Terkait kecintaan hati kepada Al-Quran, ada dua hal yang selayaknya diperhatikan, bahwa: (1) *annal-qalba quwa ālātul-fahmi wal-'aqli* [seseungguhnya hati adalah instrumen untuk pemahaman dan akal pikiran]; (2) *annal-qalba biyadil-lāh wahdah lā syarīka lah* [sesungguhnya hati ada di tangan Allah Yang Mahaesa yang tidak ada sekutu bagi-Nya]. Keimanan kepada kebenaran Al-Quran tumbuh menjadi kecintaan. Sedangkan cinta tempatnya di dalam hati. Adapun hati ada dalam genggaman Allah.

Asumsi yang mengatakan bahwa guru BK/konselor sekolah yang berlatar belakang penguasaan bahasa Arab dan ilmu-ilmu Al-Quran adalah pihak yang akan mampu mentadabburi Al-Quran adalah tidak mutlak benar. Kata kunci utamanya bukan pada keilmuan prasyarat tetapi berada pada penerimaan hati untuk mengimani kebenaran Al-Quran dan mencintainya. Indikatornya adalah menjadikan Al-Quran sebagai *bashīrah* (*clear insight and evidence*), karena mengandung pengertian dan bukti yang jelas dan mendalam sehingga dapat dijadikan pedoman kebahagiaan hidup oleh manusia. Al-Quran juga diyakini sebagai *hudan* (*guidance*), rahmah (*mercy*) dan *mau'izhah* (*a good advice*) karena berisi pelajaran dan nasihat untuk semua kebaikan dan mencegah semua yang bentuk kejahatan dan keburukan. Selain itu, Al-Quran juga diyakini sebagai *syifaa-an* (*healing*) untuk segala bentuk penyakit dalam dada. Penyakit dalam dada adalah kebodohan, keragu-raguan tentang kebenaran Al-Quran, kemunafikan, pertentangan-pertentangan dalam hati, dan kuatnya dorongan syahwat untuk melanggar aturan Allah.

Tanda-tanda kecintaan terhadap Al-Quran dapat dideteksi tatkala muncul lima perasaan dalam hati seseorang, khususnya guru BK/konselor sekolah. Kelima indiator kecintaan kepada Al-Quran tersebut, antara lain: (1) merasa

bahagia tatkala bertemu Al-Quran; (2) betah duduk berlama-lama dengan Al-Quran tanpa merasa lelah; (3) merasakan kerinduan tatkala lama tidak berjumpa dengan Al-Quran dalam waktu yang cukup lama karena suatu halangan; (4) banyak merujuk kepada Al-Quran tatkala menyelesaikan masalah-masalah kehidupan, baik yang kecil atau sederhana maupun yang besar atau rumit; dan (5) menaati perintah dan larangan dalam Al-Quran.

Terbuka dan hidupnya hati untuk meyakini dan menerima Al-Quran sebagai kebenaran akan membuka pintu-pintu pengetahuan dan pemahaman serta tindakan yang bersumber dari Al-Quran. Adapun hal-hal yang berkaitan dengan pembacaan (*tilāwah*), penyimakan (*tasmi*), penerjemahan (*tarjīm*), penghafalan (*tahfizh*), serta ilmu-ilmu yang menyertai kaidah tadabbur, maka guru BK/konselor sekolah dapat memulainya dengan memperdengarkan murattal Al-Quran dari qari-qari yang bacaan menyentuh hati kepada konseli melalui MP3 player atau video player. Demikian juga dengan penerjemahan, guru BK/konselor sekolah dapat memanfaatkan mushaf-mushaf terjemah, baik yang terjemah *ijmāli* (global) maupun terjemah *maudhū'i* (tematik) atau terjemah *lafdzi* (lafaz). Bahkan, untuk panduan tadabbur Al-Quran, saat ini sudah terbit beberapa buku panduan untuk tadabbur Al-Quran dalam versi bahasa Indonesia.

Ciri kompetensi spiritualitas guru BK/konselor sekolah adalah terus belajar dan berlatih dalam rangka meningkatkan kapasitas diri. Seiring dengan proses implementasi bimbingan dan konseling dengan pendekatan tadabbur Al-Quran, guru BK/konselor sekolah harus senantiasa mengembangkan kapasitas diri dengan mempelajari hal-ihwal Al-Quran dengan segala cabang ilmunya. Kemampuan mentadabburi Al-Quran dan mentransformasikan serta menavigasi konseli dengan nilai-nilai yang terkandung dalam Al-Quran akan semakin kuat dan lengkap secara bertahap. Hal lain yang tidak boleh dilewatkan oleh guru BK/konselor sekolah adalah memiliki seorang pembimbing atau mursyid yang akan mendampinginya selama proses peningkatan dan pengembangan kompetensi dirinya tersebut.

H. Implikasi Terhadap Bimbingan dan Konseling Spiritual Keagamaan

Bimbingan dan Konseling Spiritual Keagamaan dianggap sebagai angkatan kelima dalam lintasan sejarah model-model dan pendekatan-pendekatan bimbingan dan konseling. Dinamika konflik sejaran antara dunia psikoterapi dan konseling dengan spiritualitas keagamaan akhirnya dapat terjembatani dengan dilakukan beragam riset yang menemukan titik temu, bahwa sebagaimana psikologi, agama juga dapat mendorong individu untuk berfungsi dalam kerangka kerja kehidupan yang lebih tinggi. *Kedua*, sebagaimana konseling agama juga dapat membantu individu untuk mengembangkan *a sense of self* (rasa diri) dan kedewasaan. *Ketiga*, sebagaimana konseling, agama dapat membantu individu mengembangkan potensi diri.

Hasil penelitian tentang bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran berada dalam lingkaran integrasi antara bimbingan dan konseling dengan praktek atau aktivitas keagamaan. Dalam ajaran Islam, tadabbur Al-Quran adalah suatu kewajiban ibadah bagi semua pihak yang mengimaninya. Selain itu, secara teoritik memiliki titik temu dengan beberapa teori konseling, antara lain CBT, RET (REBT), *contemplative counseling*, dan *bibiliotherapy*. Secara sederhana dapat dikatakan bahwa spiritualitas keagamaan memiliki irisan dengan pendekatan-pendekatan apapun dalam bimbingan dan konseling.

Miller (2003, hlm. 131, 149-150) menyebutkan tiga tipe integrasi spiritualitas dengan konseling dan psikoterapi. Pertama, *implicit integration*, yaitu integrasi yang dilakukan secara tertutup di akhir proses konseling. Integrasi ini bukan bagian dari stimulasi diskusi tentang agama dan ide-ide spiritual, tetapi akhir dari kontinum konseling untuk membantu klien menemukan makna dalam hidupnya. Kedua, *explicit integration*, yaitu integrasi yang dilakukan secara terbuka dengan paradigma spiritual dan religi dalam konseling. Secara sistematis, konselor memperhatikan nilai-nilai dan sumber-sumber spiritual dan religi, seperti doa, teks Kitab Suci, atau referal kepada ahli agama dalam proses konseling. Ketiga, *intentional integration*, yaitu konselor dengan sengaja membagi penggunaan implicit dan eksplisit tergantung pada pertimbangan kebutuhan klien, masalah klien, keterlatihan konselor, dan kecenderungan (*inclination*) konselor.

Terlepas dari adanya irisan antara spiritualitas keagamaan dengan bimbingan dan konseling, sebenarnya konseling spiritual juga memiliki masalah yang bersifat ambiguitas. Tamin (2009, hlm. 30) menjelaskan tentang terjadinya ambivalensi atau setidaknya menyisakan dikotomi pengertian. Sebagai paham spiritulitas sebenarnya berada dalam lingkaran Antroposentisme, sedanhkan sebagian yang lain berada dalam lingkaran Theosentrisme. Inilah yang menjadi titik tolak muncuilnya pemisahan antara spiritual dengan religius. Padahal, jika ditelusuri secara mendalam sebenarnya terdapat jembatan yang dapat mengkompromikan kecerdasan spiritual dengan agama melalui titik singgung (*overlapping of meaning*). Tasmara (2001: xii) menggambarkannya pada dua lingkaran yang saling bersinggungan antara kedaunya sehingga melahirkan keceradasan ruhaniah (*trancendental intelligence*) di mana potensi spiritual dipenuhi (diisi) dengan nilai-nilai agama.

Spiritualitas tidak bisa dipisahkan dengan nilai-nilai agama yang terikat dengan Ketuhanan. Spiritual keagamaan tidak dapat menuhankan segala sesuatu selain Tuhan Sang Pencipta jagat dengan segala isinya, apalagi menuhankan diri manusia itu sendiri. Secara naluriah (fitrah insani), manusia mengakui keberadaan Tuhan Sang Pengatur kehidupan. Manusia dan makhluk lainnya sangat tergantung secara transendental kepada Tuhan. Inilah sifat dari kecerdasan spiritual.

Keterkaitan antara kecerdasan spiritual dengan agama telah diakui secara internasional. Dadang Hawari (2004, hlm. 32) menjelaskan bahwa pada tahun 1984, WHO (*World Health Organization*) telah memasukkan agama (kerohanian/spiritual) sebagai salah satu pilar kesehatan selain jasmani/fisik (biologik), kejiwaan (psikiatrik/psikologik), dan social. Keempat dimensi sehat tersebut juga telah diadopsi oleh The American Pasychiatric Association dengan paradigma pendekatan *bio-psycho-social-spiritual*. Pengakuan tersebut didasarkan oleh keyakinan bahwa agama/spiritual adalah fitrah yang mengandung nilai-nilai moral, etika dan hukum. Dengan kata lain, seseorang yang taat hukum berarti bermoral dan beretika; seseorang yang bermoral dan beretika, berarti ia beragama. (*no religion without moral, no moral without law*).

Sumber nilai-nilai moral bagi manusia terdapat dalam Kitab Suci yang diturunkan oleh Tuhan, Allah SWT. Bagi umat Islam, Al-Quran adalah sumber nilai, inspirasi moral, dan pedoman dalam berkehidupan. Al-Quran adalah firman Allah (*the word of Allah*). Allah SWT adalah pencipta manusia dan tentu sebagai Pencipta manusia, Allah SWT lebih tahu tentang ciptaannya tersebut. Oleh sebab itu, implikasi untuk pengembangan bimbingan dan konseling spiritual keagamaan adalah menjadikan Kitab Suci (*Scripture*) sebagai rujukan dalam memahami manusia dengan segala keunikan dan dinamika perilakunya.

Perkembangan dinamika perilaku manusia yang semakin kompleks dengan segala kebutuhan dan problematikanya memerlukan konsep konseling dan psikoterapi yang benar-benar memberikan kepastiaan mengenai apa yang seharusnya secara pasti dan tidak menimbulkan keraguan. Oleh karenanya, kontribusi filsafat kembali diperlukan untuk menjawab persoalan tentang apa yang seharusnya dilakukan sehingga tidak menimbulkan keraguan.

Demi mengindari munculnya keraguan terhadap jawaban atas persolan tentang apa yang seharusnya dilakukan dalam konseling, maka filsafat yang digunakan untuk menjawabnya harus digali dari pemikiran-pemikiran filosofis yang bersumber dari nilai-nilai abadi. Aalagi pada era globalisasi saat ini, nilai-nilai abadi sangat diperlukan dalam pendekatan dan pengembangan konseling secara khusus dan pendidikan secara umum. Djawad Dahlan (2005, hlm. 15) menjelaskan bahwa blobalisasi membawa nilai-nilai baru yang perlu diterjemahkan oleh lembaga pendidikan agar nilai-nilai itu dapat mendorong terwujudnya dan tercapainya tujuan pendidikan, dihadapkan pada nilai-nilai abadi yang melandasi hidup dan kehidupan manusia.

Secara aksiomatis, nilai-nilai abadi tersebut dapat digali dari perspektif agama wahyu (*revealed religion/prophetic religion*) yang bersumber dari pengetahuan suci dan sempurna (*holy and perpect knowledge*) yang bersifat "*gnosis*", yaitu berdasarkan superioritas Tuhan yang termaktub dalam kitab suci yang diturunkan kepada Rasul untuk disampaikan kepada umatnya.

Tuhan yang menciptakan manusia pasti lebih mengetahui tentang manusia yang diciptakan ketimbang manusia itu sendiri. Oleh sebab itu, perspektif Tuhan

tentang manusia pasti tidak akan pernah salah. Oleh sebab itu, penggalian nilai-nilai filsafat untuk melandasi pendekatan dan tindakan dalam konseling selayaknya dan sepantasnya dimulai hakikat manusia dari sudut pandang Tuhan. Sebab, jika filsafat hanya digali dari sudut pandang manusia lagi, seringkali yang muncul hanya materi saja. Manusia dan kehidupannya hanya berdasarkan sesuatu yang bisa ditangkap oleh indera (*observable*). Padahal, aspek-aspek yang tidak tampak tetapi ada dan dirasakan manusia dipastikan lebih banyak ketimpang yang nampak dalam perilakunya sendiri.

Salah seorang filosof muslim yang pandangan-pandangannya tentang mansuia selalu dinisbatkan pada otoritas Tuhan adalah Ibnul Qoyyim al-Jauziyah. Beliau adalah intelektual muslim yang hidup pada zaman di mana masyarakat pada zaman itu lebih percaya pada kemampuan akal dan perasaanya ketimbang merujuk kepada Kitab Suci Al-Quran dan Sunnah Nabi dalam menyelesaikan masalah kehidupan. Kalaupun merujuk pada Kitab Suci Al-Quran dan Hadits Nabi, pemahaman dan penafsirannya terlalu jauh menyimpang dari makna yang sebenarnya. Oleh sebab itu, menggali tentang manusia dan mengambil esensi untuk konseling dan psikoterapi dari literatur Kitab Suci menjadi menarik.

BAB V
SIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran merupakan wahana bantuan bagi remaja untuk merenung secara mendalam, berpikir dengan akal sehat secara jernih, logis, rasional, analitik, visioner, serta menyatukan pikiran dan perasaan melalui proses literasi dengan menggunakan Kitab Suci Al-Quran sebelum memutuskan suatu tindakan. Melalui proses tadabbur Al-Quran, remaja dinavigasi untuk mampu bertindak mandiri atas dasar akal sehat serta keimanannya dan mengabaikan dorongan hawa nafsu dan godaan-godaan yang mengajak pada penyimpangan dari fitrah kemanusiaan. Kemampuan yang dimaksud adalah wujud dari karakter mulia, yaitu kesabaran.

Bagi remaja, karakter sabar adalah status, yaitu posisi dan kondisi yang menggambarkan gejala umum yang berlaku: fluktuatif sesuai dengan irama keimanan; dinamis sesuai dengan ragam kecepatan perubahan; subjektif karena pengalaman individu berbeda-beda. Status kesabaran bukanlah hasil akhir. Sabar itu sendiri akhirnya dapat dipahami sebagai proses untuk menjadi penyabar dengan penciri utama religius dan diiringi penciri turunannya, yaitu: ikhlas, tawakal, lapang dada, murah hati, logis, cermat, penuh pertimbangan tentang manfaat dan mudarat, optimis, pantang menyerah/gigih, tabah, tenang, ramah/lemah-lembut, toleran, damai/harmonis, pemaaf, jujur, sopan-santun, taat/patuh, bajik, kontrol diri, dan menjaga kehormatan atau kesucian diri. Status sabar ini juga berlaku secara umum bagi setiap individu, baik laki-laki maupun perempuan sesuai dengan tahapan perkembangannya.

Secara empirik, bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran terbukti dapat diimplementasikan untuk mengembangkan karakter sabar remaja dalam semua dimensi dan aspeknya. Dalam fluktuasi, dinamika, dan subjektivitasnya, bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran menjadi wahana menjaga stabilitas bahkan meningkatkan kapasitas kesabaran individu. Namun, bimbingan tersebut dapat diimplementasikan jika: (1) konseli memiliki

keyakinan yang kuat atau tidak mengalami keraguan yang mendasar terhadap kebenaran Al-Quran; (2) konseli tidak mengalami gangguan atau keterbatasan pendengaran, namun jika telah tumbuh keyakinan dan kecintaan terhadap Al-Quran, maka dengan proses membaca dan merenungi makna-maknanya saja, maka proses bimbingan akan dapat diimplementasikan. Hal ini belum dibuktikan sebaliknya karena dalam proses penelitian tidak ada konseli/siswa yang mengalami keterbatasan penglihatan; (3) konseli sudah mengesankan sejak awal rasa malu dan tidak percaya diri untuk membaca Al-Quran; (4) konselor memiliki kemampuan menyentuh hati konseli, memiliki integritas antara pengetahuan agama dengan tingkah laku keseharian dengan konseli, dan tidak memiliki pandangan negatif terhadap kebenaran Al-Quran.

Dalam implementasinya, bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran dapat dilakukan melalui lima tahapan, yaitu: (1) tahap pembukaan; (2) tahap eksplorasi; (3) tahap perenungan; (4) tahap pengembangan; (5) tahap doa penutup. Selain itu, dalam implementasi bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran, terdapat aspek-aspek menarik yang menyertai dan tidak dapat dipisahkan dari proses bimbingan. Aspek-aspek tersebut antara lain: (1) memperdengarkan ayat-ayat suci Al-Quran yang menyentuh hati; (2) pengisahan hidup orang-orang sabar; (3) pembacaan doa penutup yang menyentuh hati; (4) guru BK/konselor sekolah yang kompeten dalam mengimplementasikan bimbingan dengan pendekatan Tadabbur Al-Quran.

B. Rekomendasi

Hasil penelitian ini memberian rekomendasi kepada berbagai pihak, khususnya bagi praktisi bimbingan dan konseling, pengembang ilmu pengetahuan, pengembang kelembagaan, dan penelitian lanjutan.

1. **Bagi praktisi bimbingan dan konseling**; Guru BK/konselor sekolah sebagai pihak yang secara langsung memberikan layanan bimbingan klasikal kepada siswa di sekolah didorong untuk menerapkan bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran karena pendekatan tadabbur Al-Quran dapat memberikan nuansa bimbingan spiritual keagamaan lebih dari sekadar bimbingan

konvensional. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama terutama teknologi informasi telah turut menggerus potensi spiritual keagamaan sehingga diperlukan pendekatan untuk kembali menguatkan potensi spiritual keagamaan tersebut dan mengembangkan potensi karakter mulia lainnnya. Bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran adalah wahananya.

2. **Bagi pengembang ilmu pengetahuan**; Para dosen di Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/Prodi Bimbingan dan Konseling untuk memasukkan Bimbingan dengan Pendekatan Tadabbur Al-Quran sebagai isu mutakhir dalam perkembangan bimbingan dan konseling yang berbasis spiritualitas keagamaan.
3. **Bagi pengembangan kelembagaan**; Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling dan atau Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia sebagai organisasi profesi BK dapat mengembangkan satu divisi khusus untuk memfasilitasi peningkatan kompetensi guru BK/konselor sekolah dengan bimbingan yang terintegrasi dengan pendekatan spiritual keagamaan. Khusunya bagi guru BK/konselor sekolah muslim, menguasai bimbingan dengan pendekatan tadabbur Al-Quran dapat memberikan nilai tambah dalam pelayanan yang diberikan kepada siswa/konseli di sekolah.
4. **Bagi penelitian lanjutan**; penelitian ini baru dicobakan untuk mengembangkan karakter sabar melalui tadabbur Al-Quran yang diintegrasikan dengan bimbingan klasikal. Penelitian berikutnya dapat mencobakan integrasi antara tadabbur Al-Quran dengan layanan BK lainnya, seperti layanan responsif, bimbingan kelompok, konseling individul, dan lain-lain.

DAFTAR PUSTAKA

Abdulloh, A.A., Omar, Z. (2011). The effect of temporal eeg signals while listening to quran recitation. *Proceeding of the International Conference on Advanced Science, Engineering and Information Technology*.

Abdurrohman, A., Wulandari, R.D., Fatimah., N. (2007). The effect of the quranic recital: an aep study. *J. Sains MIPA*, Edisi Khusus Tahun 2007, Vol. 13, No. 3, Hal.: 181 - 186 ISSN 1978-1873.

Abdurrohim, Usman, Latiefah, N.A. (2014*). Buku guru akidah akhlak: pendekatan saintifik kurikulum 2013 madrasah aliyah x*, Direktorat Pendidikan Madrsah, Direktorat Pendidikan Islam, Kemenag Republik Indonesia.

Ahammed, S. (2010). Applying quranic methapors in counseling. *Int J Adv Counseling* (2010) 32:248-255 DOI 10.1007/s10447-010-9104-2 .

Ahmad, K.I. (2013). Quranic verses bring to counselling skills. *IISTE Journal, Research on Humanities and Social Sciences* (2013), ISSN 2222-1719 (Paper) ISSN 2222-2863 Vol.3, No.19.

Ahmad, S & Amer, M. (Eds) (2012). *Counseling Muslim: Handbook of Mental Health Issues and Interventions*. New York: Routledge.

Al-Ahmad. M.A. (1436). *Syarh Hishnul Muslim*. Kairo: Silsilah Muallifat Said bin Ali bin Wahf Al-Qohthoni.

Al-Attas, M.N. (1993). *Islam and secularism,* Kuala Lumpur: International Institute of Islamic Thought and Civilization (ISTAC).

Al-Asfahani. (Tt.). *Mu'jam mufahrasy alfaazhil-Quraan*. Beirut: Dar al-Fikr.

Al-Fairuzabadi. (2005). *Al-qaamuus al-muhiith*. Beirut: Dar al-Fikr.

Al-Fauzan, M.S. (Tt.). *I'aanatul-mustafid syarh kitabut-tauhiid*, Tanpa Nama Kota: Muassasah Ar-Risalah.

Al-Hilali, S. (1421). *Bahjatun-naazhiriin, syarhu riyaadhush-shaalihiin*. 6th Editon. Jeddah: Dar Ibnul-Jauziy.

Al-Hilali, S. (1421). *Bahjatun-naazhiriin, syarhu riyaadhush-shaalihiin*. 6th Editon. Jeddah: Dar Ibnul-Jauziy.

Al-Lahim, Kh. (1996). *Mafaatihu tadabburil-quran wan-najaahi fil-hayaat*, Riyadh: Maktabah Al-Malik Fahd Al-Wathaniyah Atsna An-Nasyr.

Al-Lahim, Kh. (Tt.). *Al-qiraatu bi-qolbin: qalbun-najjah fil-hayaah, qiyaadatul-qalbi, quwwatut-tarkiiz*, Makkah: Jaami'ah Al-Imaam Muhammad ibni Su'uud Al-Islaamiyyah.

Al-Kaheel, A.D. (2014). *'Aalij nafsaka bil-quran*. [Online]. Diakses dari: http://www.kaheel7.com [5 Mei 2016].

Al-Khalafy, AA (2014). *Empat puluh karakteristik mereka yang dicintai allah berdasarkan al-quran dan as-sunnah* [Terj.], Jakarta: Darul Haq.

Al-Lahim, Kh. (1996). *Mafaatihu tadabburil-quran wan-najaahi fil-hayaat*, Riyadh: Maktabah Al-Malik Fahd Al-Wathaniyah Atsna An-Nasyr.

Al-Lahim, Kh. (Tt.). *Al-qiraatu bi-qolbin: qalbun-najjah fil-hayaah, qiyaadatul-qalbi, quwwatut-qarkiiz*, Makkah: Jaami'ah Al-Imaam Muhammad ibni Su'uud Al-Islaamiyyah.

Al-Qattan, M. (Tt.). *Mabaahits fii 'uluumil-quraan*, Kairo: Maktabah Wahbah.

Arifin, S. (1991). Kamus sastra indonesia, Jakarta: Balai Pustaka.

Ar-Ruhaili, A. (2010). *Tadabburrul-quranil-kariim: waqfaatun wa laftaatun*. Madinah: Al-Jaami'ah Al-Madiinah.

Ar-Ruwaisyid, A.R. (2011). *Haakdzaa 'Aasyuu Ma'al-Quran: Qishashun wa Mawaaqifu*, Riyadh: Markaz Tadabbur Lil-Istisyaaraati-Tarbawiyyah wa Ta'liimiyyah.

As-Sa'di, A.N. (Tt.). *Taisiir kariimir-rahmaan fii fafsiiri kalaamil-mannaan*. Riyadh: Maktabah Ar-Risalah.

As-Suyuthi, J. (2003). *Ad-durrul-mantsuur fit-tafsiiri bil-ma-tsuur*, Kairo: Markaz Lil-Buhuuts wad-Diraasaatil-'Arabiyyah wal-Islaamiyyah.

As-Suyuthi, J. (Tt.). *Al-itqan fii 'uluumil-quran*, Riyadh: Markaz Diraasaat Al-Qur-aaniyyah.

As-Suyuthi, J. & Al-Mahalli, J. (1981). *Tafsirul-quran 'inda imaam Jalalain*, Beirut: Dar Al-Fikr.

Al-Tahan, M. (1999). *Perfect muslim character in the modern world*. Kairo: Al-Falah Foundation.

Al-Utsaimin, M. (1425). *Syarhu riyaadhush-shaalihiin min kalaami sayyidil-mursalin*. Riyadh: Darul-Watan.

Al-Utsaimin, M. (2002). *Syarhu riyaadhush-shaalihiin min kalaami sayyidil-Mursalin*. 1st Edition. Kairo: Maktabah Ash-Shofaa.

Awa, S.A.B. (2013). *Effects of holy quran listening on physiological stress response among muslim patients in intensive care unit*, E-proceedings of the Conference on Management and Muamalah (CoMM 2014), 26-27 May 2014 Synergizing Knowledge on Management and Muamalah (E-ISBN: 978-983-3048-92-2).

Badri, M. (2000). *Contemplation an islamic psychospiritual study*, Kuala Lumpur: Shelbourne Enterprise Sdn. Bhd.

Baharudin, D.F & Sumari, M (2011). *The effect of sound therapy in increasing calmness and reducing stress on working muslim women in malaysia*. *Elsevier, Science Direct, WCPGC, 2011*.

Bastaman, H.J. (1993). *Integrasi psikologi dengan islam menuju psikologi islami*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Berndt. J. (2007). *Praying the scriptures for your teenagers: Discover how to pray god's will for their live*, Michigan: Zondervan.

Best, Ron (Ed.). (2000). *Education for Spiritual, Moral, Social and Cultural Development*, New York: Continum.

Burke, M.T., Chauvin, J.C., Miranti, J.G. (2005). *Religious and spiritual issues in counseling: Application across diverse populations*, New York: Brunner-Routledge.

Cashwell. C.S & Young. J.S. [Ed]. (2005). *Integrating Spirituality and Religion Into Counseling*, Alexandria: American Counseling Association.

Cashwell. C.S & Young. J.S. [Ed]. (2011). *Integrating spirituality and religion into counseling: A guide to competent practice*: Alexandria: Wiley.

Charzynska, E. *(2014). Multidimensional Approach Toward Spiritual Coping: Construction and Validation of Spiritual Coping Questionnaire (SCQ). Journal Relig Health DOI 10.1007/s10943-014-9892-5.*

Cook, W. (2010). *A Comprehensive guide to storytelling for parents, grandparents, therapists, and child care providers, Tersedia: www.drbillcook.com* , [9 Juni 2016].

Cotton, S. etc. (2014). *Religious/Spiritual Coping in Adolescents with Sickle Cell Disease*. [*Online*]. Diakses dari http://www. ncbi.nih.gov/pmc/articles/ PMC2749498.

Crenshaw, D.A. (2008). *Therapeutic engagement of children and adolescents; Play, symbol, drawing, and storytelling strategies*, Lanham: Jason Aronson.

Cronbach, L.J. (1978). *Educational psychology*, New York: Harcourt Brace Jovanovich, Inc.

Depdikbud. (1994). *Kamus besar bahasa indonesia*. Edisi Kedua. Cetakan Ketiga. Jakarta: Balai Pustaka.

Derbalah, I.M. (2016). *Al-Qashosh fil-quranil-karim*, Tersedia: http://www. saaid.net/book/7/1007.doc. [9 Juni 2016].

Dobson. J. (2005). *Preparing for adolescence: How to survive the coming years of change*, Colorado: Gospel Light

El Hafizh, S, dkk. (2013). *Konstruk Psikologi Kesabaran dan Perannya dalam Kebahagiaan Seseorang*. [Online]. Diakses dari http://lemlit.uhamka.ac.id/

index.php?pilih=news&mod=yes&aksi=lihat&id=289&judul=konstruk-psikologi-kesabaran.html.

Elkadi, A. (1985). *Health and healing in the quran*. American Journal of Islamic Social Sciences, Vol. 2. No. 2.

El-Syakir, Septian (2014) *Islamic Hypnoparenting, Mendidik Anak Masa Kini Ala Rasulullah*, Jakarta: Kawan Pustaka.

Emoto, M. (2006). *The true power of water, hikmah air dalam olahjiwa*, Bandung: MQ Publishing.

Farwez, G.A. (2013). *Why Do We Lack Character?* [Online]. Tersedia: http://www.tolueislam.org/Parwez/articles/why_do_we_lack_character.htm [10 Juli 2013].

Fhadilatusy, S.M. (2014). *Struktur Instrinsik Jeung Ajén Moral Dina Dongéng Nu Aya Di Kacamatan Cibadak Kabupatén Sukabumi Pikeun Bahan Pangajaran Maca Di SMP*. Skripsi: Jurusan Bahasa Daerah FPBS UPI Bandung.

Griffin, P. et.al. (2012). *Assessment and Teaching of 21st Century Skills*, New York: Springer.

Grossoehme, D.H. *(2013). Is Adolescents' Religious Coping with Cystic Fibrosis Associated with the Rate of Decline in Pulmonary Function? – A Preliminary Study. Journal of Health Care Chaplaincy, 19:1, hlm. 33-42.*

Guterman, J.T. (2013). *Mastering the art of solution focusing counseling*, ACA, Alexandria: Wiley

Habibie, BJ (2012). *Sumberdaya Manusia Andalan Masyarakat Madani*, Pidato Kunci pada Konvensi Nasional Pendidikan Indonesia ke-7, Yogyakarta, 1 November 2012.

Hadi, dkk. (2013). *Peperenian Kandaga, Unak-anik, Tutungkusan jeung Rusiah Basa Sunda*, Bandung: Geger Sunten.

Hawari. D. (2004). *Al-Quran: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Jogyakarta: Dana Bakti Prima Yasa.

Heppner, P, et.al. (2008). *Research Design in Counseling*. Belmont, CA: Thomson Brooks.

Hojjat, M. et.al. (2010) *Comparing Qur'an recitation with normal condition, silence, Arabic music and Iranian music on adequacy of dialysis*. Iranian Journal of Critical Care Nursing, Summer 2010, Volume 3, Issue 2; 69-74.

Hojjati, A., Rahimi, A., Farehani, M.D.A., Gharamaleki, N.S., Alian, B. (2014). *Effectiveness of quran tune on memory in children*, Procedia - Social and Behavioral Sciences 114 (2014) 283 – 286.

Hurlock, E.B. (2002). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* [Terj.], Jakarta: Penerbit Erlangga.

Hussain, F. (2011). *Therapy from The Quran and Ahadits: A Reference for Character Development*. Riyadh: Darussalam

Joyce. B & Weil. M (1980). *Models of Teaching*, New Jersey: Prentice Hall.

Jung. (2013). *Talk:Carl Jung* [Online]: Tersedia: http://en.wikiquote. org/wiki/Talk:Carl_Jung

Juhnke. G. et.al. (2009). *Using prayer as an intervention with client's who are substance abusing and addicted and self identify personal faith in God and prayer as recovery recources*, Journal of Addiction & Offender Counseling, October 2009, Volume 3.

Kaaluu, M.M. (2013). *Qawaaid fii tadabburil-quranil-karim*, Dauhah: Al-Hayyiah Al-'Aalamiyyah li Tadabburil-Quranil-Kariim.

Katalog BPS: 3101015, (2013). Perkembangan Beberapa Indikator Utama Sosial-Ekonomi Indonesia (*Trends the Selected Socio-Economic Indicators of Indonesia*), Jakarta: Badan Pusat Statistik.

Kartadinata. S. (2014). *Politik Jati Diri: Telaah Filosofi dan Praksis Pendidikan bagi Penguatan Jati Diri Bangsa*, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Kartadinata, S. (2013). *Memantapkan Karakter Bangsa Menuju Generasi 2045*. Makalah pada Konperensi Nasional Pendidikan Indonesia (Konaspi) VII, Universitas Negeri Yogyakarta, Royal Ambarrukmo, Yogyakarta.

Kartadinata, S. (2011). *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pedagogis: Kiat Mendidik sebagai Landasan Profesional Tindakan Konselor*. Bandung: UPI Press.

Kartadinata, S. (2011). *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pedagogis: Kiat Mendidik sebagai Landasan Profesional Tindakan Konselor*. Bandung: UPI Press.

Kartadinata, S. (2010). *Isu-isu Pendidikan: Antara Harapan dan Kenyataan*, Bandung: UPI Press.

Kartadinata, S. (2010). *Isu-isu Pendidikan: Antara Harapan dan Kenyataan*, Bandung: UPI Press.

Kartadinata. S. dkk. (2008). *Penataan Pendidikan Profesional Konselor dan Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Katsir, I. (2003). *Tafsiirul-Quraanil-'Azhiim*. 3rd Edition. Beirut: Darul-Kutubul-Ilmiyyah.

Kirschenbaum, H. (2013). *Values clarification in counseling and psychotherapy: Practical strategies for individual and group setting*, New York: Oxford University Press.

Krageloh, C.U Billington, D.R, Henning, M.A, & Chai, P.M., (2015). *Spiritual quality of life and spiritual coping: evidence for a two-factor structure of the WHOQOL spirituality, religiousness, and personal beliefs module*. Tersedia: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4344777/. [15 Juni 2016).

Krathwohl, etc. (1964). *Taxonomy of educational objective; book 2 affective domain*, New York: Longman.

Lerner, R.M, & Steinberg, L. (Eds). (2004). *Handbook Adolescent Psychology*. 2nd Edition. Hoboken, New York: John Wiley & Son.

Lickona, T. (2012). *Educating for Character: Mendidik untuk Membentuk Karakter* [Terj.]. Edisi Pertama. Jakarta: Bumi Aksara.

Lines. D (2006). *Spirituality in Counseling and Psychotherapy*, London: Sage Publications.

Mahmood, S. (2009). *Mafhuumut-Tadabbur: Tahriirun wa Ta'shiilun*. Riyadh: Markaz Tadabbur Lil-Istisyaaraati-Tarbawiyyah wa Ta'liimiyyah.

Mahfudz, M.J. (2001). *Psikologi anak dan remaja muslim*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.

Makmun, A.S. (2009). *Psikologi pendidikan*, Bandung: Remaja Rosda Karya.

McMinn, M.R. (1996). *Psychology, theology, and spirituality in christian counseling*, Wheaton: Tyndale House Publishers

Megawangi, R. (2004). *Pendidikan karakter: Solusi yang tepat untuk membangun bangsa*. Jakarta: Indonesia Heritage Foundation.

Merydith, S.P. (2007). Psychodynamic approaches, dalam Prout, H.T & Brown, D.T. (2007). *Counseling and psychotherapy with children and adolescents; theory and practice for school and clinical setting*, New Jersey: John Wiley & Son.

Miller. G (2003). *Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy Theory and Technique*, New Jersey: John Wiley & Sons. Inc.

Myers, C.E., Tollerud, T.R., Jeon, M.H. (2012). *The power of personal storytelling in counselor education*, Ideas and Research You Can Use: VISTAS 2012, Volume 1.

Moshman, D. (2005). *Adolescent Psychological Development: Rationality, Morality, and Identity*. 2nd Edition. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Nakhovali, F., Seyedi, S.H. (2013). *A research on "rhythm & music" in the quran*, International Journal of Linguistics ISSN 1948-5425 2013, Vol. 5, No. 3.

Niemann, S. (2005) *Persons with disabilities*. Dalam Burke, M.T., Chauvin, J.C., Miranti, J.G. (2005). *Religious and spiritual issues in counseling: Application across diverse populations*, New York: Brunner-Routledge.

Nurihsan, J (2006), *Akhlak mulia dalam perspektif bimbingan dan konseling islami*, Bandung: Rizqi Press.

Najati. U. (2000). *Al-Hadiitsun-Nabawi wa 'Ilmun-nafs*, Kairo: Daarusy-Syuruuq.

Najati. U. (1997). *Al-Quraan wa 'Ilmun-nafs*, Kairo: Daarusy-Syuruuq.

Nawsherkhan, et. Al. (2010). *Mental and spiritual relaxation by recitation of holy quran*. Proceeding of Second International Conference on Computer Research and Development. IEEE DOI 10.1109/ICCRD.2010.62.

Norton. C.L. (2011). *Innovative interventions in child and adolescent mental health*, New York: Routledge.

Nurihsan, A.J (2009). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Bandung: Refika Aditama.

Parker, L & Nilan, P. (2013). Adolescent in Contemporary Indonesia, New York: Routledge.

Pedak. M. (2009). *Qur'an for Gen; Mukjizat Terapi Quran untuk Hidup Sukses*, Jakarta: Kawah Media.

Peterson. C & Seligman. M.E.P. (2004). *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification*, New York: Oxford University Press.

Pradiansyah. A (2009). *The 7 Laws of Happiness; Tujuh Rahasia Hidup yang Bahagia*, Bandung: Kaifa.

Puffer, E.S. etc. (2012). *The Protective Role of Religious Coping in Adolescents' Responses to Poverty and Sexual Decision-Making in Rural Kenya*. [*Online*]. Diakses dari http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22505794.

Qoyyim. I. (Tt.). *Madaarijussalikin: Baina Manaazili Iyyaakabudu wa Iyyaaka Nasta'iin*. Beirut: Dar al-Fikr.

Qoyyim. I. (Tt.). *'Uddatush-Shaabiriin wa Dzakhiratusy-Syaakirin*. Jeddah: Darul-'Aalimul-Fawaaid.

Qoyyim. I. (Tt). *Al-Jawaabul-Kaafi liman sa-ala 'anid-dawaaisya-syaafii*,

Qoyyim. I. (1993). *Al-Fawaaid*. Beirut: Daarul-Fikr

Quadri, A.H. (2012). *The Holy Quran and Psychotherapy*. Aurangabad: Mental Health Center.

Rahmah, D. (2006). *Efektivitas metode bercerita pada proses pembelajaran bidang studi aqidah akhlak di mts ulujami Jakarta selatan*. Skripsi pada Jurusan Pendidikan Agama Islam, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Riyadi, A. (2005). *Quranic Quotient for A Lasting Success*. Depok: IIMAN.

Roy, Moodley & West, William (2005), *Integrating Traditional Healing Practices Into Counseling and Psychotherapy*, California, Sage Publications.

Safitri, A. & Retno, K. (2008). *Hubungan Antara Kesabaran dengan Stres Menghadapi Ujian pada Mahasiswa*, Yogyakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.

Saged, A.G. (Tt.). *Quran and its impact in the treatment of the nervous system*. Journal of Religion and Health. Tersedia: https://umexpert.um.edu.my/file/publication/00008486_116206.pdf, [5 Mei 2016].

Santrok. J.W. (2002). *Remaja* [Terj.], Jakarta: Erlangga.

Sarwono, S.W. (1994). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Press.

Smetana, J. (2011). *Adolescents, Families, and Social Development: How Teen Construct Their World*. 1st Edition. Chichester, West Sussex: Wiley-Blackwell.

Soekanto (2001). *Seni bercerita islami*. Jakarta: Bina Mitra Press.

Stevenson, N. (2006). *Young Person's Character Education Hand Book*. Indianapolis: JIST Life.

Subandi (2011). *Sabar: Sebuah Konsep Psikologi*. Jurnal Psikologi Volume 38, No 2, Desember 2011: hlm. 215 – 227.

Sukmadinata. N.S. (2007). *Bimbingan dan Konseling dalam Praktek*. Bandung: Maestro.

Suhail. K & Ajmal, M.A (2009). *Counseling in pakistan; an eastern muslim perspective*. Dalam Gerstein, L. H. et al. (2009*). International handbook of cross-cultural counseling; cultural assumptions and practices worldwide, California: SAGE Publications*.

Suherman,U.(2005). *Pendekatan Konseling Qur'ani untuk Mengembangkan Keterampilan Hubungan Sosial: Studi Deskriptif-Analitik Tentang Kandungan Nilai Surat Ayat An- Nahl 125 dan Ali Imran Ayat 159 Dalam Konseling Pada Pesantren Persatuan Islam 99 Rancabango Kabupaten Garut*, Disertasi SPs UPI Bandung, Tidak Diterbitkan.

Sukmadinata. N.S (2007). *Bimbingan dan Konseling dalam Praktek; Mengembangkan Potensi dan Kepribadian Siswa*, Bandung: Maestro.

Sumarsono, T. (2013). *Babasan jeung Paribasa Sunda Larapna dina Omongan*, Bandung: Geger Sunten.

Surya, M (2008). *Mewujudkan Bimbingan dan Konseling Profesional*, Bandung: Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP UPI Bandung.

Sutoyo. A (2009). *Bimbingan dan Koseling Islami; Teori dan Praktik*, Semarang: Widya Karya.

Tamin. D. (2009). *Program bimbingan dan konseling untuk mengembangkan kecerdasan spiritual anak sekolah dasar*, Tesis SPs Universitas Pendidikan Indonesia, Tidak Diterbitkan.

Tan, E. (2004). *Counseling in school: Theories, processes and techniques*, Singapore: McGraw Hill Education.

Talik, E.B. (2013). *The Adolescent Religious Coping Questionnaire, Translation and Cultural Adaptation of Pargament's RCOPE Scale for Polish Adolescents. Journal of Relig Health, 52: hlm. 143-158.*

Tasmara, T. (2001). *Kecerdasan ruhani (transcendental intelligence) membentuk kepribadian yang bertanggung jawab, profesional, dan berakhlak*, Jakarta: Gema Insani Press.

Tatala. M. (2009). *Development of prayer in adolescence and youth*, Journal of Psychology and Counseling Vol. 1(7), pp. 113-116, September, 2009.

Ubaedy, A.N. (2009). *Quantum sabar: Melejitkan keserdasan dan kesuksesan dengan kekuatan dan energi sabar*, Jakarta: Kinza Books.

VanZant. J.C. (2010). *Prayer in counseling: The practitioner's handbook*, Bloomington: Westbow Press.

Wahyuningsih, H. (2009). *Validitas Konstruk Alat Ukur Spirituality Orientation Inventory* (*SOI*). Jurnal Psikologi, Volume 36, No.2, Desember 2009, hlm. 116 – 129.

Whitehead, A.N. (1933). *Adventures of Ideas*, New York: The Free Press.

Wisner. B.L, et.al (2010). *School-based meditation practices for adolescents: A resource for strengthening self-regulation, emotional coping, and self-esteem*, Children &Schooh Volume 32, Number 3 July 2010.

Wnuk. M. & Marcinkowski, J.T. (2014). *Do Existential Variables Mediate Between Religious-Spiritual Facets of Functionality and Psychological Wellbeing. Journal Relig Health, 53, hlm. 56-67.*

Young. J.S & Cashwell. C.S. (2005). *Integrating Spirituality and Religion Into Counseling*, Alexandria: American Counseling Association.

Yusuf, H. (2015). *Counseling and psychotherapy in pakistan; Zohra's story*:. Dalam Moodley, R. et al. (2015). *International counseling case studies handbook*, Alexandria: Wiley.

Yusuf, S. (2005). *Mental Hygiene*. Bandung: Maestro.

Yusuf, S. & Juntika, N. (2005). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Remaja Rosda Karya.

Yust. K.M. et.al. (2006). *Nurturing child and adolescent spirituality: Perspective from religious traditions*, Lanham: Rowman & Littlefield Publishers.

Zakaria, A. (1421). *Al-Kaafi fii Ilmish-Sharf*. Garut: Pesantren Persatuan Islam Garut.

Zeeshan, K.S. (2009). *Studying the effects of listening to quran on human mood*. Disertasi of Master of Science in Information Technology Faculty of Informatics The British University in Dubai

LAMPIRAN 1

INSTRUMEN PENELITIAN PENDAHULUAN

IDENTITAS RESPONDEN

Nama/Inisial : ……

Jenis Kelamin : ……

Sekolah : ……....

Kelas : ……....

BAGIAN I
PETUNJUK PENGISIAN

Disuguhkan kepada Anda 15 butir pernyataan yang berkaitan dengan pengetahuan Anda tentang kesabaran. Anda hanya diminta untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom **YA** jika **SEBELUM SAAT INI** atau **SEBELUM MEMBACA PERNYATAAN** tersebut, keadaan Anda sesuai dengan pernyataan. Atau, pada kolom **TIDAK** jika **SEBELUM SAAT INI** atau **SEBELUM MEMBACA PERNYATAAN** tersebut**,** keadaan Anda tidak sesuai dengan pernyataan.

Pilihan jawaban bukan dalam kategori benar atau salah, tetapi yang paling penting mencerminkan keadaan Anda yang sebenarnya. Berikanlah respon Anda untuk semua pernyataan dan pastikan tidak ada yang terlewat. Terima kasih atas kerjasamanya.

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Saya tahu bahwa sabar adalah menahan gejolak jiwa untuk menghina atau melecehkan orang lain.		
2.	Saya tahu bahwa sabar adalah menahan lisan ketika ingin berkeluh kesah saat mendapatkan kesulitan.		
3.	Saya tahu bahwa sabar adalah menahan pahitnya penderitaan saat sakit.		
4.	Saya tahu bahwa sabar adalah menahan diri untuk ketika ingin melakukan onani/masturbasi.		
5.	Saya tahu bahwa sabar itu adalah berusaha belajar sekuat tenaga untuk mencapai cita-cita dan kesuksesan.		
6.	Saya tahu bahwa sabar adalah menahan keinginan untuk menjerit-jerit histeris saat mendapat kekecewaan dan kesedihan.		
7.	Saya tahu bahwa sabar adalah menahan keinginan untuk mengamuk dan merusak barang-barang saat marah.		

8.	Saya tahu bahwa menahan keinginan untuk menyontek.		
9.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah menerima takdir saat mendapatkan nilai buruk.		
10.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah melawan keinginan untuk merokok.		
11.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah berupaya untuk tidak sakit hati dan mendengki saat orang lain lebih baik dari saya.		
12.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah berusaha untuk tidak menyalahkan orang lain.		
13.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah melawan keinginan untuk menonton gambar atau film porno.		
14.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah berusaha melawan keinginan memuji diri sendiri atau dipuji orang lain.		
15.	Saya tahu bahwa kesabaran adalah berusaha melaksanakan salat tepat waktu ketika datang rasa malas atau sedang sibuk.		

BAGIAN II
PETUNJUK PENGISIAN

Perhatikan kembali respon Anda pada kolom **YA dan TIDAK.** Jika Anda merasa pernah mampu bersabar, tuliskanlah pernyataan yang Anda anggap paling sering Anda alami. Misalnya, Pernyataan nomor 12, "**Saya tahu bahwa kesabaran adalah berusaha untuk tidak menyalahkan orang lain**." Anda akan menempatkan pernyataan nomor 12 pada urutan pertama, jika Anda sering mengalami gejolak untuk menyalahkan orang lain lalu Anda mampu melawannya. (Boleh kurang dari 5 nomor).

URUTAN PERNYATAAN: (1) …., (2) ….., (3) …., (4) …….., (5) ….

Jika Anda merasa tidak pernah mampu bersabar, tuliskanlah pernyataan yang Anda anggap paling sering Anda alami. Misalnya, Pernyataan nomor 13, "**Saya tahu bahwa kesabaran adalah melawan keinginan untuk menonton gambar atau film porno**." Anda akan menempatkan pernyataan nomor 13 pada urutan pertama, jika Anda sering mengalami gejolak syahwat lalu Anda sering tidak mampu melawannya. (Boleh kurang dari 5 nomor).

URUTAN PERNYATAAN: (1) …., (2) ……., (3) ……, (4) …….., (5) ……

Jika tidak ada kejadian yang cocok dengan atau Anda ingin menyebutkannya secara khusus, silahkan Anda tambahkan dalam kolom berikut.

BAGIAN III
PETUNJUK PENGISIAN

Disuguhkan kepada Anda 15 butir pernyataan yang berkaitan dengan keyakinan Anda tentang manfaat dari kesabaran. Anda hanya diminta untuk memberikan tanda centang (√) pada kolom **YA** jika **SEBELUM SAAT INI** atau **SEBELUM MEMBACA PERNYATAAN** tersebut, keadaan Anda sesuai dengan pernyataan. Atau, pada kolom **TIDAK** jika **SEBELUM SAAT INI** atau **SEBELUM MEMBACA PERNYATAAN** tersebut**,** keadaan Anda tidak sesuai dengan pernyataan.

Pilihan jawaban bukan dalam kategori benar atau salah, tetapi yang paling penting mencerminkan keadaan Anda yang sebenarnya. Berikanlah respon Anda untuk semua pernyataan dan pastikan tidak ada yang terlewat. Terima kasih atas kerjasamanya.

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Saya yakin bahwa kesabaran akan membuahkan kebahagiaan bagi saya.		
2.	Saya yakin bahwa kesabaran akan mendukung kesuksesan saya.		
3.	Saya yakin bahwa kesabaran akan memberikan ketenangan jiwa bagi saya.		
4.	Saya yakin bahwa kesabaran akan mendukung saya dalam mencapai prestasi tertinggi.		
5.	Saya yakin bahwa kesabaran akan mendatangkan kepercayaan diri saya yang tinggi.		
6.	Saya yakin bahwa kesabaran akan mendatangkan keberanian saya dalam memperjuangkan kebenaran.		

7.	Saya yakin bahwa kesabaran akan membuahkan kerelaan orang lain untuk menghargai saya.		
8.	Saya yakin bahwa kesabaran akan memberikan jalan keluar dari kesulitan yang saya alami.		
9.	Saya yakin bahwa kesabaran akan meninggikan derajat saya di hadapan orang lain.		
10.	Saya yakin bahwa kesabaran akan berbuah pahala dan kebaikan bagi saya		
11.	Saya yakin bahwa kesabaran adalah tanda keimanan bagi saya.		
12.	Saya yakin bahwa pahitnya kesabaran adalah obat bagi saya yang dapat menyembuhkan penyakit fisik dan hati.		
13.	Saya yakin bahwa kesabaran akan membuahkan sikap toleran saya kepada orang lain.		
14.	Saya yakin bahwa kesabaran akan membuahkan kesalehan bagi saya.		
15.	Saya yakin bahwa kesabaran akan mengantarkan saya ke surga.		

BAGIAN IV
PETUNJUK PENGISIAN

Berdasarkan pengalaman Anda, tuliskan faktor-faktor penyebab Anda mampu bersabar atau kiat-kiat sehingga Anda mampu bersabar!

1. ……
2. ……
3. ……
4. ……
5. ……

Berdasarkan pengalaman Anda, tuliskan faktor-faktor penyebab Anda tidak mampu bersabar!

1. ……
2. ……
3. ……
4. ……
5. ……

Apa yang Anda butuhkan untuk menguatkan kesabaran Anda?

1. ……
2. ……
3. ……
4. ……
5. ……

LAMPIRAN 2

KISI-KISI INSTRUMEN PENGUMPUL DATA KESABARAN REMAJA

KISI-KISI INSTRUMEN PENGUMPUL DATA KESABARAN REMAJA

Dimensi	Aspek	Definisi Operasional	Indikator	Butir Pernyataan	+ / -	Nomor Item
Sabar Hati	1. Ikhlas (memurnikan niat)	Kemampuan untuk memurnikan niat dalam beribadah, tertuju hanya kepada Allah semata, serta tidak merasa terbebani dalam melaksanakannya.	Individu meyakini bahwa Allah adalah satu-satunya Tuhan yang berhak disembah.	1. Saya meragukan Allah sebagaiu satu-satu Tuhan yang berhak disembah	-	10
				2. Saya melaksanakan ibadah karena berharap dimasukkan ke surga dan dijauhkan dari neraka.	+	20
				3. Saya yakin roh "*para karuhun*" dapat membantu saya dalam mengerjakan soal ujian.	-	30
				4. Saya yakin bahwa azimat dapat membantu saya menjadi cerdas dan dikagumi orang lain.	-	40
			Individu meyakini bahwa perintah ibadah bukan beban yang memberatkan manusia.	5. Saya merasa Allah telah membebani manusia dengan segala perintah beribadah.	-	50
				6. Saya merasa berat salat Shubuh, tapi saya paksakan untuk melaksanakannya.	+	60
				7. Saya Saya malas salat Isya karena bentrok dengan waktu istirahat.	-	70
				8. Saya kesal kepada imam yang bacaannya terlalu panjang.	-	80
	2. Tawakal (bergantung kepada Allah)	Kemampuan untuk menggantungkan harapan hanya kepada Allah.	Individu menggantungkan harapan hanya kepada Allah.	9. Saya meyakini janji Allah bahwa dalam setiap kesulitan pasti ada kemudahan.	+	90
				10. Saya berharap sakit menjadi penghapus dosa-dosa saya.	+	100
				11. Saya yakin bahwa rezeki setiap orang sudah ada bagiannya masing-masing.	+	1
				12. Saya berusaha keras untuk mencapai prestasi terbaik karena manusialah penentu nasibnya sendiri.	-	110
				13. Saya menyerahkan segala urusan saya kepada Allah setiap kali berangkat sekolah atau keluar rumah.	+	120
				14. Saya yakin peran Allah lebih kecil dibandingkan kemampuan usaha manusia.	-	130

	3. Muraqabah (merasakan pengawasan Allah)	Kemampuan untuk merasakan bahwa Allah senantiasa mengawasi segala tindak-tanduk makhluknya.	Individu merasakan pengawasan Allah atas segala tindak-tanduknya.	15. Saya yakin Allah melihat dan mengetahui segala perilaku saya walaupun Dia tidak terlihat.	+	11
				16. Saya meyakini adanya Malaikat yang mencatat amal saya.	+	21
				17. Saya percaya bahwa Allah ada di masa saja saya berada.	-	31
				18. Saya meragukan bahwa Allah mengetahui apa yang disembunyikan dalam hati	-	41
				19. Saya menyangsikan bahwa Allah dapat mendengar bisikan-bisikan	-	51
				20. Saya yakin Allah mengawasi saya sepanjang siang dan malam.	+	61
	4. Berlapang dada	Kemampuan untuk menerimam segala yang terjadi dengan lapang dada dan menerimannya sebagai ketentuan (takdir) Allah.	Individu berlapang dada dan menerima ketentuan Allah.	21. Saya percaya bahwa takdir baik maupun buruk sudah ditetapkan Allah sejak 50.000 tahun sebelum penciptaan langit dan bumi.	+	2
				22. Saya meyakini bahwa segala nikmat yang didapatkan adalah karunia Allah.	+	71
				23. Saya merasa Allah telah menzalimi saya ketika saya mendapatkan kesulitan hidup.	-	81
				24. Saya merasa Allah tidak adil karena membeda-bedakan rezeki kepada manusia.	-	91
				25. Saya menolak takdir Allah, yang ada adalah efek dari usaha saya.	-	101
				26. Saya meyakini ada hikmah di balik segala kegagalan.	+	111
				27. Saya merelakan semua yang terlepas dan tidak dapat saya raih.	+	121
				28. Saya putus asa setiap kali mengalami kegagalan	-	12
				29. Saya ingin bunuh diri karena nasib yang menimpa saya.	-	22
				30. Saya ingin berhenti sekolah karena tidak kuat menanggung beban hidup yang berat ini.	-	32

	5. Rendah Hati	Kemampuan untuk menahan diri dari sombong, memuji diri sendiri, hasrat dipuji orang lain, dan lalai dalam kesenangan.	Individu dapat menahan diri dari gejolak kesombongan.	31. Saya merasa yang terbaik dibanding yang lain.	-	3
				32. Saya yakin kesombongan hanya haknya Allah.	+	42
			Individu dapat menahan diri dari memuji diri sendiri.	33. Saya senang memuji diri sendiri di depan cermin.	-	52
				34. Setiap bercermin, saya memuji Allah dan berdoa.	+	62
				35. Saya senang meng-*upload* foto-foto *selfie* saya di FB agar di-*like* teman-teman.	-	72
				36. Saya meyakini manusia diciptakan dengan sebaik-baiknya, semua diberikan kelebihan dan kekurangan.	+	82
				37. Saya menahan keinginan untuk bercerita kelebihan-kelebihan saya di depan orang lain.	+	92
			Individu dapat menahan hasrat dipuji orang lain.	38. Saya memperlihatkan nilai bagus pada teman-teman. Jika jelek, saya menyembunyikannya.	-	102
				39. Saya ingin agar amal ibadah saya diketahui orang lain.	-	112
			Individu tidak lalai setelah mendapat kesenangan	40. Saya khawatir jika terlalu larut dalam kesenangan akan membuat saya jadi lupa diri .	+	122

Dimensi	Aspek	Definisi Operasional	Indikator	Butir Pernyataan	+ / -	Nomor Item
Sabar Pikiran	6. Sadar manfaat dan mudarat	Kemampuan untuk mempertimbangkan manfaat dan mudarat sebelum melakukan tindakan.	Individu dapat memikirkan manfaat dan mudarat sebelum mengambil keputusan untuk suatu tindakan.	41. Saya mengetahui akibat buruk dari merokok.	+	4
				42. Saya mengetahui akibat terlalu intim berpacaran.	+	13
				43. Saya paham resiko mengkonsumsi narkoba.	+	23
				44. Saya menyadari akibat menyontek.	+	33
				45. Saya tahu resiko bergabung dengan geng motor.	+	43
				46. Saya menyadari resiko ikut tawuran.	+	53
	7. Mempelajari kesulitan	Kemampun untuk berpikir positif ketika menghadapi kesulitan atau beban berat.	Individu mampu berpikir positif ketika menghadapi kesulitan atau beban berat.	47. Saya tidak tenang saat mengerjakan soal karena tidak belajar.	-	63
				48. Saya pikir PR yang sangat banyak akan menjadikan saya lebih kuat belajar.	+	73
				49. Saya pikir tidak ada soal yang sulit jika dipelajari dengan cermat.	+	83
				50. Saya pikir tidak ada yang sulit jika mau bertanya dan tidak gengsi ketika tidak tahu.	+	93
				51. Saya keluar kelas jika pelajaran tidak menarik.	-	5
				52. Saya pikir saya harus memuliakan guru supaya mudah dalam menyerap ilmunya.	+	103

				53. Saya pikir penjelasan guru akan mudah diterima jika saya membaca bukunya terlebih dahulu.	+	113
	8. Mengambil hikmah	Kemampuan untuk mengambil pelajaran yang baik dari segala kejadian.	Individu mampu mengambil pelajaran yang baik dari segala kejadian.	54. Saya memilih introspeksi diri daripada mencari kambing hitam dari kegagalan.	+	123
				55. Saya pikir teguran guru adalah baik agar saya tidak melakukan kesalahan yang sama.	+	14
				56. Saya pikir kemarahan orang tua adalah bentuk kasih sayang kepada anaknya.	+	24
				57. Saya pikir kritikan teman adalah jalan untuk lebih akrab dan mengenal karakter masing-masing.	+	34
				58. Saya pikir pesaing saya adalah musuh saya.	-	44
				59. Saya pikir punya musuh satu orang terlalu banyak.	+	54
				60. Saya pikir segala kesulitan hidup adalah ujian untuk menaikkan kualitas diri.	+	64

Dimensi	Aspek	Definisi Operasional	Indikator	Butir Pernyataan	+ / -	Nomor Item
Sabar Lisan	9. Berdoa dan berdzikir untuk diri sendiri	Kemampuan untuk bergantung pada kemahakuasaan Allah melalui doa dan dzikir.	Individu mendoakan kebaikan untuk dirinya sendiri.	61. Saya memohon kesembuhan kepada Allah jika saya sakit.	+	6
				62. Saya mengadu kepada Allah jika merasakan kegalauan.	+	74
				63. Saya mengucapkan alhamdulillah jika ada yang memuji karena Allah yang pantas untuk dipuji.	+	84
				64. Saya memohon kemudahan kepada Allah sebelum ulangan atau ujian.	+	94
				65. Saya mengucapkan alhamdulillah walaupun harapan tidak sesuai dengan kenyataan.	+	104
				66. Saya beristighfar ketika berbuat kesalahan.	+	114
				67. Saya mengagungkan Allah ketika menemukan sesuatu yang menakjubkan.	+	124
				68. Saya mengucapkan tasbih ketika menemukan suatu keburukan.	+	15
				69. Saya berdoa memohon kemudahan dalam mencari ilmu.	+	25
				70. Saya berdoa memohon dijaga dari segala keburukan.	+	35

	10. Mendoakan orang lain	Kemampuan untuk mendoakan kebaikan bagi orang lain, baik yang pernah berbuat baik maupun yang berbuat jahat kepada dirinya.	Individu mendoakan kebaikan untuk orang lain, baik yang pernah berbuat kepada dirinya maupun sebaliknya.	71. Saya mendoakan kebaikan untuk kedua orang tua.	+	7
				72. Saya mendoakan kebaikan untuk guru-guru saya tanpa kecuali.	+	45
				73. Saya mendoakan kebaikan untuk teman-teman tanpa kecuali.	+	55
				74. Saya mendoakan kebaikan untuk orang-orang yang pernah berbuat tidak baik kepada saya.	+	65
	11. Berkata baik	Kemampuan untuk tenang dan tidak meratap ketika mendapat kesedihan	Individu tenang dan tidak meratap.	75. Saya sebut Allah itu tidak adil karena saya gagal dalam mencapai apa yang diinginkan.	-	75
				76. Saya meratapi sesuatu yang sudah terjadi dan tidak mungkin berulang lagi.	-	85
				77. Saya mengatakan bahwa sesuatu yang sudah terjadi sudah menjadi kehendak Allah.	+	95
				78. Saya mengucapkan *innaalillaahi wa inna ilaihi raji'un* untuk sesuatu atau seseorang yang telah hilang dari sisi saya.	+	105
		Kemampuan untuk tenang dan tidak menggerutu ketika mendapat kesulitan.	Individu tenang dan tidak menggerutu.	79. Saya berteriak-teriak untuk melepaskan beban pikiran dan perasaan.	-	115
				80. Saya protes kepada guru yang memberikan tugas terlalu banyak.	-	125
				81. Saya memprotes guru yang memberi soal yang sulit.	-	8
				82. Saya berkata kasar kepada orang tua karena tidak memenuhi keinginan saya.	-	16
		Kemampuan untuk menerima kenyataan dan tidak memaki orang lain.	Individu menerima kenyataan dan tidak memaki orang lain.	83. Saya memaki wasit karena tidak adil memimpin pertandingan walaupun saya menerima kekalahan.	-	26
				84. Saya mengatai-ngatai tim lawan tidak fair jika tim favorit saya kalah dalam sebuah pertandingan.	-	36
				85. Saya menghibur teman agar tidak bersedih walaupun saya juga sedih dengan hasil yang didapatkan.	-	46
				86. Saya menyumpahserapahi keburukan kepada orang yang telah membuat saya marah karena hanya dengan begitu saya bisa puas.	-	56

	12. Tidak sombong	Kemampuan untuk menceritakan kelebihan-kelebihan diri sendiri kepada orang lain.	Individu dapat menjaga lisan dari kesombongan dan riya.	87. Saya menceritakan kelebihan-kelebihan saya kepada orang lain.	-	66
	13. Tidak Ghibah	Kemampuan untuk menahan diri dari menggunjing keburukan orang lain.	Individu dapat menjaga lisan dari kesombongan dan riya.	88. Saya mengunjing kejelekan teman kepada teman yang lain.	-	76
				89. Saya menceritakan guru yang tidak saya sukai kepada teman dan guru yang lain.	-	86
				90. Saya menceritakan keburukan orang tua saya kepada siapa saja yang mau mendengar keluhan saya.	-	96

Dimensi	Aspek	Definisi Operasional	Indikator	Butir Pernyataan	+ / -	Nomor Item
Sabar Jawarih	14. Tidak mengumbar syahwat perut	Kemampuan untuk menahan gejolak syahwat yang mendorong perilaku seksual yang dilarang agama.	Individu mampu menahan godaan syahwat yang mendorong perilaku seksual yang dilarang agama.	91. Saya berani "darmaji" (*dahar lima ngaku hiji*) di kantin ketika ada kesempatan dan tidak ada yang melihat.	-	9
				92. Saya membayar jajanan di kantin sekolah sesuai dengan apa yang saya makan.	+	106
				93. Saya tidak berani mengambil jajanan di kantin ketika penjualnya sedang tidak ada.	+	116
				94. Saya minum sedikit minuman beralkohol untuk sekadar menghangatkan badan saat kemping.	-	126
				95. Saya ikut mencicipi seteguk miras yang ditawarkan teman demi menjaga kesetiakawanan.	-	17
				96. Saya tidak merokok karena ajaran agama melarang sesuatu yang membahayakan jiwa dan raga.	+	27
				97. Saya tidak merokok walaupun guru hanya melarang merokok di sekolah saja.	+	37
				98. Saya tidak berani mengambil uang tanpa seizin orang tua.	+	47
				99. Saya makan dan minum apa saja yang penting enak, tak peduli halam dan haram.	-	57

	15. Tidak mengumbar syahwat kemaluan	Kemampuan untuk menahan gejolak syahwat yang mendorong perilaku seksual yang dilarang agama.	Individu mampu menahan godaan syahwat yang mendorong perilaku seksual yang dilarang agama.	100. Saya berpacaran karena menyenangkan untuk menyalurkan hasrat bercinta saya.	-	67
				101. Saya bergombal ria dengan pacar saya karena dia segalanya bagi saya.	-	77
				102. Saya mengakses situs-situs porno.	-	87
				103. Saya menyimpan gambar dan film bernuansa seksual di *gadget* saya.	-	97
				104. Saya berfantasi seksual jika sedang menyendiri, terutama menjelang tidur.	-	107
				105. Saya melakukan onani/masturbasi jika hasrat seksual saya terangsang	-	117
				106. Saya menyalurkan hasrat seksual saya bersama pacar.	-	127
				107. Saya rela mengorbankan kehormatan saya demi cinta saya kepada kekasih.	-	18
				108. Saya senang membaca cerita-cerita berbau seks.	-	28
				109. Saya senang mendengar cerita-cerita tentang seks.	-	38
				110. Saya senang mengobrolkan hal-hal yang berbau seks/porno dengan teman.	-	48
	16. Tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain	Kemampuan untuk menahan diri dari menyakiti tubuh sendiri pada saat kecewa, kesal, dan marah.	Individu dapat menahan diri dari dari menyakiti tubuh sendiri pada saat kecewa, kesal, dan marah.	111. Saya menampar pipi sendiri jika sedang sangat marah.	-	58
				112. Saya mengacak-ngacak rambut ketika kecewa berat.	-	68
				113. Saya memukul-mukul kepala dengan tangan ketika sedang marah.	-	78
				114. Saya membentur-benturkan kepala ke tembok ketika marah.	-	88
				115. Saya berwudhu untuk meredakan gejolak kemarahan.	+	98
				116. Saya memukul siapapun yang membuat saya marah.	-	108
	17. Tidak merusak barang	Kemampuan untuk menahan gejolak untuk merusak benda pada saat marah.	Individu dapat menahan gejolak untuk merusak benda pada saat marah.	117. Saya memukul atau menendang meja dan kursi di kelas untuk membuncahkan kemarahan.	-	118
				118. Saya merobek-robek baju untuk melampiaskan kekecewaan saya.	-	128
				119. Saya mengacak-acak barang di kamar/ di rumah ketika sedang marah	-	19

	18. Memaafkan dan berdamai	Kemampuan untuk memaafkan dan berdamai kepada orang yang telah menyakiti.	Individu memaafkan dan berdamai kepada orang yang telah menyakiti.	120. Saya memaafkan siapupun yang telah menyakiti saya.	+	29
	19. Memiliki tekad yang kuat	Kemampuan untuk mempertahankan tekad yang kuat dalam kebaikan demi mendapatkan apa yang diinginkan.	Individu memiliki tekad yang kuat dalam kebaikan demi mendapatkan apa yang diinginkan.	121. Saya bertekad untuk berusaha sekuat tenaga karena Allah akan memudahkan saya kepada apa yang saya harapkan.	+	39
				122. Saya beritikaf di Masjid di malam-malam terakhir bulan Ramadhan	+	49
				123. Saya berusaha bangun malam untuk salat Tahajud.	+	59
				124. Saya belajar sekuat tenaga karena yakin hasil akan sesuai dengan usaha.	+	69
				125. Saya puasa Senin dan Kamis.	+	79
				126. Saya puasa Dawud.	+	89
				127. Saya salat tepat waktu.	+	99
	20. Ihsan	Kemampuan untuk bertindak benar karena merasa Allah ada dan mengetahui tindakannya.	Individu bertindak benar karena merasa Allah ada dan mengetahui tindakannya.	128. Saya menyontek dalam ulangan atau ujian karena tidak ada yang melihat saya.	-	109
				129. Saya menolak contekan padahal saya sedang butuh jawaban.	+	119
				130. Saya memungut sampah karena yakin kebersihan itu sebagian dari iman, tidak peduli ada yang melihat atau tidak.	+	129

LAMPIRAN 3

INPUT DATA KESABARAN REMAJA
PADA SISWA MAN 1 BANDUNG ANGKATAN 2013

| NO. RESP | L/P | KELAS | DIMENSI SABAR HATI | | |

| DIMENSI SABAR LISAN | | |

| NO. RESP | L/P | KELAS | DIMENSI SABAR HATI | | |

| Berdoa dan berdzikir untuk Diri Sendiri | | | | | | | | | | Mendoakan orang Lain | | | | Berkata Baik | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Sombong | Tidak Ghibah | | Tidak Mengumbar Syahwat Perut | | | | | | | | | Tidak Mengumbar Syahwat Kemaluan | | | | | | | | | | Menyakiti Diri Sendiri dan Orang Lain | | | | | | | Tidak Merusak Baik dan Buruk | | | Menunjukkan Tekad yang Kuat | | | | | | | Ihsan | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| NO. RESP | L/P | KELAS | DIMENSI SABAR HATI | | |

| DIMENSI SABAR LISAN | | |

| NO. RESP | L/P | KELAS | DIMENSI SABAR HATI | | |

| DIMENSI SABAR LISAN | | |

| NO. RESP | L/P | KELAS | DIMENSI SABAR HATI | | |

| DIMENSI SABAR LISAN | | |

| NO. RESP | L/P | KELAS | DIMENSI SABAR HATI | | |

| DIMENSI SABAR LISAN | | |